Marie Anaut

Humor, entre la risa y las lágrimas

Traumas y resiliencia

Prólogo de Boris Cyrulnik

RESILIENCIA

gedisa
editorial

Marie Anaut

Humor, entre la risa y las lágrimas

Traumas y resiliencia

Prólogo de Boris Cyrulnik

RESILIENCIA

gedisa
editorial

Marie Anaut

Humor, entre la risa y las lágrimas

Colección
Psicología / Resiliencia

Humor, entre la risa y las lágrimas

Traumas y resiliencia

Marie Anaut

gedisa
editorial

Título original en francés:
Humour, entre le rire et les larmes
© Odile Jacob, avril 2014

© De la traducción: Alfonso Díez
Corrección: Rosa Rodríguez Herranz

Diseño de cubierta: Equipo Gedisa

Primera edición: 2017, Barcelona

Derechos reservados para todas las ediciones en castellano

© Editorial Gedisa, S.A.
Avda. Tibidabo, 12, 3º
08022 Barcelona (España)
Tel. 93 253 09 04
Correo electrónico: gedisa@gedisa.com
http://www.gedisa.com

Preimpresión:
Moelmo, S.C.P.
Girona, 53, principal – 08009 Barcelona
www.moelmo.com

eISBN: 978-84-9784-953-1

Queda prohibida la reproducción total o parcial por cualquier
medio de impresión, en forma idéntica, extractada o modificada,
en castellano o en cualquier otro idioma.

La vida es demasiado importante como para tomársela en serio.

Óscar Wilde

Índice

Prólogo

Boris Cyrulnik

Introducción

1. De la risa y del humor

2. La risa y el humor a lo largo de las épocas

3. El humor libre y sus límites

4. El humor, contra viento y marea

5. El humor comprometido

6. El humor en el corazón del infierno

7. De las heridas al humor como motor creativo

Conclusión

Prólogo

Boris Cyrulnik

Cuanto más rico soy, más bellas me parecen las mujeres que me dicen no.

Woody Allen

Cuando oí esta frase, me vinieron ganas de darle un beso a Woody Allen en sus mejillas blandas y hundidas. Curioso, ¿no? Sin esta frase, me hubiera parecido pequeñajo, raquítico y más feo que Picio, pero con unas pocas palabras había cambiado mi forma de verle. Me pareció travieso detrás de sus gafas, cálido a pesar de su actitud temerosa y alegre debajo de su máscara triste. Confesando su penosa estrategia erótica se volvía simpático. Hubiera podido decir: «Yo, que creía que el dinero era un arma de seducción, descubro que no lo es, en absoluto». Constatarlo simple y llanamente nos hubiera dejado a todos adormecidos, mientras que su humor nos reanimó.

Éste es el misterio que trata Marie Anaut: de qué modo la forma de presentar una desgracia puede metamorfosear su triste connotación afectiva en alegría relacional.

En los años 1930, Groucho Marx, que empezaba a ser célebre, llega a un hotel de lujo en la costa californiana. Antes de bañarse en la piscina, ve un letrero: «Prohibido a los judíos». Pide entrevistarse con el director y le dice ceremoniosamente: «Tengo un problema, señor director». Este último le responde educadamente: «¿En qué puedo ayudarle?». «Mire usted: mi madre es cristiana y mi padre judío. ¿Puede indicarme qué mitad de mi cuerpo puedo remojar en su piscina?». Groucho hubiera podido indignarse, agredir al director, dejar el hotel de golpe o callarse piadosamente. El humor le dio brío. Al darle la vuelta a la agresión antisemita, ridiculizando la prohibición, era él quien ocupaba el lugar del vencedor.

Este procedimiento es una defensa clásica que nos enseñaron en el instituto:

Yo, señor, si esa nariz tuviera

A cortármela iría corriendo.

[...]

En su taza debería remojarla.

[...]

¡Es una roca, es un pico, es un cabo!

¡Me regalo yo mismo estas bromas locas!

Me las sirvo con bastante labia

Pero ¡ay de que alguien por mí lo haga!

Cyrano de Bergerac está de acuerdo con Marie Anaut. El humor es un mecanismo de legítima defensa. Si me agredes, te devolveré tu agresión, será a tus expensas. Te haré daño con palabras que harán que mis amigos, tus adversarios, se rían. Mi elegancia en el manejo de las palabras hará con ellas una representación, un teatrillo de la desgracia en el que te tocará el papel de palurdo.

Por eso, los regímenes totalitarios producen una especie de humor de resistencia. Antes de la caída del muro, cierto día me paseaba por Liubliana con una amiga eslovena que me explicaba la asombrosa presencia de bustos de Napoleón en multitud de plazas: «Nos permitió conservar nuestra lengua, incluso durante la ocupación austríaca». Llegamos a un edificio enorme, con un montón de paredes lisas, ventanas de cristales minúsculos y una sencilla puerta de madera. Esta casona contrastaba con las bellas casas de colores italianos y cúpulas de bulbo austríacas.

—Es la cárcel —me dijo mi amiga al advertir mi sorpresa.

—Bastaría con una patada para abrir la puerta —observé.

—Nadie lo hará —explicó ella— porque la prisión es el único lugar de Eslovenia donde queda algo de libertad.

El contexto cultural desempeña un papel primordial para provocar la risa. En la época en que el servicio militar era una institución

importante entre las dos grandes guerras, el humor cuartelario del soldado rústico que nunca entiende las órdenes del oficial urbanita, los chistes sucios del recluta sin educación, hacían partirse de risa a auditorios enteros, sin que eso le resultara chocante a nadie. Hoy día esta comicidad causa sorpresa. Marie Anaut, que es psicóloga y tiene importantes responsabilidades, no se hubiese reído cuando Molière entretenía a los reyes haciendo decir a sus actrices: «¿Y si a mí me gusta que me peguen?».

El contexto cultural proporciona un sabor humorístico a situaciones que hacen visibles problemas de la época. Don Quijote es un loco que dice la verdad equivocándose de adversarios y que no abandona a su Dulcinea porque la ama. Es lo que recomendaba el código amoroso de la caballería hasta el siglo XVII. Al igual que don Quijote, Germaine Tillion, deportada a Ravensbrück en 1943, consigue ridiculizar el absurdo de los campos de concentración nazis escribiendo una opereta inspirada en Offenbach y haciendo que la cantaran sus compañeras de detención.

No hay nada más serio que el humor, porque permite decir de un modo fácil verdades insoportables. En este libro, Marie Anaut me ha ayudado a comprender por qué me conmovieron tanto una película de animación que Marjane Satrapi tituló *Persépolis*, por el nombre de la maravillosa ciudad persa aqueménide destruida por Alejandro. Si esta joven iraní se hubiera limitado a realizar un documental como tantos, esta clase de información, repetida sin cesar, hubiera acabado adormeciendo mi conciencia, lo cual hubiera constituido una aceptación indigna de la injusticia. Pero no hace falta dar muchas vueltas para descubrir que hoy día hay en el planeta mil injusticias que claman al cielo y que apenas somos capaces de oír.

Al optar por los dibujos animados, el humor de Marjane me desarmó. Bajé la guardia y recibí el golpe, con toda su fuerza, del absurdo criminal que afecta a la condición de las mujeres en su país. Aportándome un pequeño placer humorístico, Marjane me sedujo, tejió conmigo un vínculo de apego que me volvió sensible a lo que a ella le ocurrió. Ya no podía seguir siendo indiferente. Al reírse con nosotros, hizo que nos acercáramos y me permitió ver el ridículo de la policía religiosa, así como las ingenuidades políticas de su adorable familia. De este modo, Marjane Satrapi consiguió dejar testimonio de la dictadura sin despertar piedad. Me arrastró elegantemente hasta su campo. He

aquí que el humor es un arma que permite la defensa de los oprimidos y los desesperados.

Pero no todo el mundo sabe manipular este instrumento de combate. Darío Moreno, un excelente cantante, estaba haciendo el payaso sin cesar en una noche de gala. Con su vientre orondo, su cara rechoncha y su bigote debajo de la nariz, empezaba a cantar el «Rondo du Brésilien» de *La vie parisienne* de Offenbach cuando, de repente, Alain Cuny, un maravilloso actor de expresión trágica se levantó indignado y abandonó la sala gritando: «¡Bufón! ¡Payaso insoportable!».

Los melancólicos se lo toman todo trágicamente. Para ellos, toda sonrisa es incongruente. Se dice que los dictadores reciben el humor como una crítica que los cuestiona, lo cual a menudo es cierto.

Cierto amigo mío tenía, al parecer, síndrome de Asperger, esa forma de autismo en la que la inteligencia es asombrosa. Me contó que un día, en su adolescencia, tumbado en un sofá y perdido en sus brumas interiores, le pilló desprevenido una petición de su madre, que estaba desbordada de trabajo: «¡Podrías echarme una mano!». Sorprendido, se levantó y le dio una amable palmadita en el hombro mientras pensaba que, decididamente, la gente normal era rarísima.

Esta falta de humor indica un trastorno de la simbolización. Cuando se toman las palabras al pie de la letra, se olvida que designan algo que no está ahí presente, que este procedimiento permite poner a distancia un afecto desagradable o una situación insoportable.

Los niños adquieren progresivamente esta capacidad para digerir una representación penosa. Ciertos niños lloran cuando ven a un payaso ridiculizado por las risas de los espectadores. Quisieran volar en su ayuda y consolarlo. Otros, por el contrario, se divierten y gritan maldades contra los payasos que se maltratan a sí mismos con sus vestimentas y sus pantalones caídos, que les hacen caerse de culo con las piernas en alto. Más adelante, los niños entienden que el payaso les ha hecho el regalo de provocar su risa. Con la madurez, los payasos abandonan el circo y se los encuentra uno en la vida cotidiana, jugando con seriedad su papel en la comedia humana, tan tristemente cómica.

Marie Anaut sabe hacernos descubrir todas estas facetas. Ya sean serias o divertidas, clínicas o anecdóticas, en cada página encontramos la

importancia psicológica y relacional del humor.

Conozco bien a Marie. Puedo confiarles que es seria, fiable y que nunca ha tenido miedo de reírse.

Introducción

«¡Entendí perfectamente que algo no iba bien cuando una chica blanca, pequeña y bonita se arrojaba a los brazos de un negro para pedir ayuda!».[1] He aquí el modo en que este negro norteamericano, héroe por un día, relataba con una sonrisa cómplice su intervención, que resultó decisiva para liberar a tres jóvenes que habían permanecido años secuestrados en la casa contigua por un pervertido. Los medios de comunicación dieron amplia resonancia a las palabras de este personaje guasón y chistoso. Charles, el salvador de las jóvenes, divirtió mucho a los norteamericanos, así como a personas de otros países, gracias a su presentación maliciosa de los hechos. No cabe duda de que ese hombre tiene sentido del humor, porque supo captar la comicidad de la situación, a pesar de su contexto eminentemente trágico. Que se riera de sí mismo hizo aún más simpático su acto de liberación. Sus bromas, sin embargo, suscitaron emociones contrapuestas: una especie de alivio, pero también de malestar en ciertas personas que se preguntaban hasta qué punto podían permitirse reírse a pesar del horror vivido por aquellas chicas. ¿Acaso no es obsceno o inconveniente el humor en circunstancias en las que otros no ven más que tristeza o gravedad? Esta historia resume por sí sola gran parte de la problemática del humor, que puede expresarse de forma inesperada, incluso en circunstancias particularmente trágicas. Porque el humor, ese insolente, surge a veces del corazón de la tragedia, deslizándose furtivamente entre la broma y lo serio.

De aspecto complaciente y recreativo en la vida cotidiana, el humor está igualmente presente en las situaciones más difíciles. Transforma la realidad jugando con el lenguaje y la creatividad, revelando los aspectos absurdos o incongruentes de las situaciones. Las actitudes humorísticas tienden así a atenuar la gravedad de las penas y los sufrimientos, mezclando subrepticiamente un poco de placer con la tristeza.

Sin embargo, ¿qué hay en común entre un chiste, una broma, un filme cómico, un *sketch*, un dibujo humorístico o, incluso, los juegos de palabras y la utilización del humor en los momentos difíciles de la existencia? Las bromas, los retruécanos o las situaciones cómicas despiertan los placeres de la infancia, aquellos juegos en los que se hace «como si», la representación de roles que produce la ilusión de dominar lo incontrolable, permitiéndonos, de este modo, captar el mundo y

prepararnos para afrontar su extrañeza. El humor nos remite a los placeres lúdicos de la infancia con sus sombras y sus luces. Revela al niño que hay en el adulto, que se construyó a partir del juego y de lo imaginario. Así, nos recuerda nuestras tentativas infantiles de dominar situaciones frustrantes que se nos escapan o que nos dan miedo.

El humor es un concepto que se resiste tanto a la formalización que puede parecer ambiguo, a pesar de los estudios que intentan asirlo. Según los planteamientos más antiguos, fue definido, primero, desde una perspectiva restringida a sus expresiones positivas y decentes, presentado esencialmente como sutil o espiritual, y diferenciándolo del sarcasmo o la bufonada. Pero, en la actualidad, ocupa un marco más amplio, que engloba todos estos aspectos distintos. En efecto, según su acepción contemporánea, el humor ha adquirido una significación extendida que comprende modalidades variadas y abarca el amplio campo de las expresiones de lo cómico.[2] Además, no es necesariamente benevolente y puede presentar componentes hostiles y agresivos. Puede ser entendido entonces como una construcción compuesta, un proceso complejo, que comprende aspectos emocionales y psicológicos, pero también biológicos, cognitivos y sociales.

Para esbozar los primeros contornos de una definición del humor, diremos que es el arte de saber extraer aspectos placenteros, divertidos e insólitos de situaciones de la vida cotidiana, pero también de las vicisitudes de la existencia.

«El humor es el razonamiento que se ha vuelto loco», decía Groucho Marx. Nace de la constatación de algo —una situación, un comportamiento, una acción o unas palabras— que contiene una parte de absurdo, de ridículo, o que resulta incongruente, lo cual le confiere un carácter potencialmente divertido. Asociado o no con la risa, el humor es una experiencia humana universal que contribuye a menudo a tejer vínculos entre las personas. Constituye una base esencial de las competencias relacionales de los individuos, y genera una fuerza social y emocional notable. Aunque a menudo es bienintencionado, a veces puede mostrarse feroz, acerbo e hiriente. Así, tiene virtudes muy atractivas y puede contribuir a unir a las personas, pero puede igualmente constituir un arma de rebelión y a veces de exclusión. Es cierto que este fenómeno específicamente humano puede conducir tanto a lo peor como a lo mejor en los comportamientos y en las producciones

de la gente. Pero ¿qué es lo que nos hace reír, a veces en contra de lo que se espera?

La exploración de esta forma insólita de intercambios revela la gran riqueza y la complejidad de los procesos que actúan en el humor. Frente a las duras pruebas de la vida, el distanciamiento humorístico atenúa la frustración provocada por la percepción de nuestros límites y facilita la introspección positiva. Permite expresar, de un modo lúdico, las decepciones y la rabia contenida frente a la adversidad, pero también la esperanza de salir del apuro. Una mirada humorística sobre nuestras fuentes de padecimiento nos ayuda a ser más mesurados y objetivos en la apreciación de nosotros mismos y de nuestras carencias. Nos incita a captar la realidad desde una perspectiva un poco distinta, lo cual contribuye a minimizar el peso de las dificultades de la existencia. En contextos nocivos, constituye un recurso creativo que permite hallar respuestas nuevas a situaciones que parecían sin salida.

A menudo presente en los momentos de adversidad, el humor ayuda a sobrevivir en situaciones extremas. Nos hace capaces de tolerar lo intolerable. En contextos traumáticos, constituye una protección contra la amenaza de desorganización psíquica y protege del sufrimiento. Desde esta perspectiva, el humor está relacionado con el concepto de resiliencia, que designa el proceso mediante el cual los individuos se reconstruyen a pesar de la adversidad. En efecto, la resiliencia es el potencial humano de resistencia a situaciones traumáticas desarrollando recursos para resurgir de la adversidad con los menores daños. Frente a las amenazas traumáticas, el humor constituye un recurso frecuente y específico de los sujetos resilientes. Puede cumplir diversas funciones en la protección de los sujetos heridos. Puede desplegar distintas facetas de su expresión de acuerdo con las particularidades de los individuos y de los contextos.

«La rebelión del humor entreabre la cárcel del trauma»,[3] dice Boris Cyrulnik. En un contexto traumático, el humor puede actuar como un mecanismo defensivo que permite atenuar nuestros miedos y sufrimientos, liberando las tensiones internas. Reírnos de lo que nos angustia o nos hiere supone llevar a cabo un distanciamiento que favorece reacomodar los traumas y su elaboración. Como veremos, pueden intervenir distintas modalidades de expresión de lo cómico en la protección de los individuos y favorecer la elaboración de los traumas.

A veces, cuando las personas evocan sus antiguas heridas con la distancia que aportan los años y la experiencia adquirida, lo hacen con humor. La irrisión funciona como un intermediario que permite transformar suficientemente las experiencias traumáticas pasadas como para hacerlas susceptibles de ser compartidas con los demás. El distanciamiento humorístico permite poner un dique a las emociones excesivamente fuertes que resurgen al evocar recuerdos dolorosos. Tal es el caso de las personas que relatan trayectos de vidas rotas, contempladas a través de la mirada distante de la risa, incluso riéndose de sí mismas. El disfraz del humor permite así la expresión de lo inenarrable, que de otro modo permanecería acallado, oculto, capaz de causar vergüenza. Al permitir contar lo inenarrable, el humor contribuye a dar un sentido a las situaciones traumáticas.

Hablaremos, pues, del humor, interrogándonos sobre su funcionamiento y sus implicaciones en la dinámica relacional y en la puesta en juego de los procesos de protección frente a experiencias nocivas. Nuestro enfoque transversal se apoya en particular en el análisis de las relaciones entre el humor y el proceso de resiliencia.[4] Sea como sea, el estudio de las facetas de las expresiones de lo cómico nos invita también a explorar el lugar y la utilización del humor a lo largo del tiempo y en diversos contextos sociohistóricos. Como se verá, mucho antes de que se impusiera el término «humor», las cuestiones concernientes a todo aquello que conduce a la risa y a la diversión fueron objeto de intentos de teorización, en particular por parte de los filósofos y los religiosos. Ya en la antigüedad, mucho antes de que los psicólogos contemporáneos se apoderaran del tema, las discusiones sobre el buen y el mal uso de la risa alimentaron debates filosóficos y teológicos.

La exploración de las múltiples facetas de este fenómeno humano universal es también la ocasión para tratar territorios insólitos donde reinan el miedo a la risa y su prohibición. Nos encontramos entonces con individuos que parecen salidos de la tribu de los agelastes, de la que François Rabelais nos enseñó a desconfiar. Pero también tropezaremos con otros individuos extraños que parecen privados de la risa y del humor sin haberlo elegido.

Condena de la risa irreverente, dionisíaca o satánica por sus detractores; al contrario, celebración de la risa festiva, amigable y liberadora por sus adeptos; prenda de tolerancia y de bienestar, dotada incluso de poderes

curativos para algunos, la risa y el humor no nos dejan indiferentes.

Este libro está ilustrado por citas y ejemplos de personas, conocidas o desconocidas, cuyas trayectorias vitales se han cruzado con el humor. Pero prevengamos al lector recordándole la advertencia de Cicerón que rezaba: «¡Considero imposible, hasta para el más divertido de los hombres, explicar humorísticamente el humor!». Así, un libro sobre el humor es, a menudo, muy serio.

Notas

---

1. Palabras de Charles Ramsey, en Cleveland, EEUU, el 7 de mayo de 2013.

2. Martin, R. A., *The Psychology of Humor: An Integrative Approach*, Elsevier, Oxford, 2007.

3. Cyrulnik, B., *Autobiographie d'un épouvantail*, Odile Jacob, París, 2008.

4. Anaut, M., *La Résilience. Surmonter les traumatismes*, Armand Colin, col. 128, París, 2008.

1. De la risa y del humor

La risa, desahogo de la agresividad y placer hedonista

A menudo percibimos como divertidos los padecimientos de los demás, de ahí que lo repentino de una caída produzca un momento cómico. En efecto, ¿qué hay más divertido que ver caerse a alguien? Las caídas de nuestros semejantes, accidentales o no, resultan a menudo hilarantes. Los payasos y los humoristas utilizan frecuentemente estas situaciones, imitan resbalones y simulan caer, para provocar la risa de pequeños y mayores. Se dedican emisiones enteras a recopilar caídas cómicas en los programas televisivos contemporáneos. En cuanto a las caídas simbólicas, a las decadencias y otras penas de los poderosos, ¿no son acaso fuente de júbilo, un poco malsano, ciertamente, pero muy humano? Así, en la vida social, muy a menudo nos reímos de lo que tememos, así como nos reímos, a veces, de aquello que admiramos. «El hombre muerde con la risa», decía Charles Baudelaire.[5] Pero ¿qué es la risa?

Según los etólogos, la risa y la sonrisa, que consisten ambas en enseñar los dientes, tendrían su origen en una ritualización de la amenaza hacia los congéneres, destinada a llevar a cabo una exhibición de fuerza para mantener a distancia a los adversarios. Según Konrad Lorenz,[6] la risa responde a la ritualización del instinto de agresión, que permanece presente en cada uno de nosotros en las relaciones sociales. Mediante la risa, el ser humano canaliza esta inclinación a la violencia natural, la orienta de forma socializada. La risa es, por tanto, un desahogo de la agresividad, libera las tensiones y hace posible la vida en sociedad.

La risa sardónica parece aludir bastante directamente al aspecto de la risa que revela la animalidad del ser humano y, por otra parte, no va acompañada de un verdadero sentimiento de alegría. Enseñar los dientes es también revelar una parte de nuestro esqueleto, y podemos observar que los cráneos humanos parecen exhibir sonrisas perpetuas, presentándonos un rictus cómico que, sin embargo, no tiene nada de feliz.

La risa es importante en los momentos compartidos que se dan en la mayoría de las relaciones sociales, contribuye a la convivialidad. Está muy presente en los momentos de seducción, en particular durante los

jugueteos amorosos. Forma parte del pavoneo amoroso de la especie humana, dirían los etnólogos, sin estar siempre ligado a algo divertido. Parece disponer a la sexualidad, con la que a menudo se asocia, al remitir el júbilo al goce placentero. De hecho, la risa es fuente de placer, provoca sensaciones que se clasifican entre las más agradables de la experiencia humana. Es una expresión espontánea, se observa en el recién nacido en los primeros días de vida. Al comienzo de tipo reflejo, luego se irá asociando a emociones y a la comunicación con el entorno afectivo. En efecto, «las primeras trazas de humor del bebé se encuentran en la mirada que le dirige el adulto».[7] Así, de acuerdo con las particularidades relacionales y culturales, la risa puede estimularse más o menos en cada individuo, por lo que en función de los contextos socioculturales y psicoafectivos se desarrollará de modos distintos.

Por lo general, los niños y los adolescentes se ríen mucho más que los adultos, pero no siempre por las mismas razones. Por ejemplo, el niño de corta edad podrá encontrar muy divertidos los juegos de palabras escatológicos o las repeticiones infinitas de las mismas situaciones, lo cual hará reír mucho menos a los adultos. En cuanto al sentido del humor, se desarrolla en función de los recursos intelectuales que evolucionan con la edad. Habitualmente, a lo largo del desarrollo, las fuentes de comicidad tienden a refinarse, pasan del humor escatológico a los juegos de palabras más sutiles, luego a la ironía y al sarcasmo. A esto hay que añadir que el humor de algunos adultos parecer permanecer en un estado de notable inmadurez.

Aunque el humor no se asocia por fuerza con la risa y a veces puede expresarse sólo mediante una satisfacción interna que aporta un gozo intelectual o emocional, sin manifestaciones de hilaridad, del mismo modo la risa puede existir sin ser provocada por el humor. La hilaridad puede resultar de la imitación y desencadenarse por efecto contagio ante la risa de otro. Puede igualmente ser estimulada de forma mecánica o física, por ejemplo, mediante cosquillas. Pero esta risa independiente del humor, ¿tiene en verdad el mismo sentido? Desde esta perspectiva, la risa parece ser, ante todo, una experiencia de orden fisiológico, mientras que podemos concebir el humor como un proceso al mismo tiempo cognitivo y emocional. La risa provocada por el humor parece más adecuada para suscitar placer.

Por otra parte, la risa puede definirse a partir de sus efectos sobre el

cuerpo, pues se traduce en una aceleración cardíaca y respiratoria, así como en un aumento de la secreción de endorfina. Como fenómeno físico, la risa puede analizarse desde el punto de vista de sus aspectos biológicos o fisiológicos; activa el sistema circulatorio y respiratorio y, en consecuencia, aumenta la oxigenación general, además de movilizar cuatrocientos músculos del cuerpo. Dado que la mayor parte de las veces es una respuesta a una situación divertida, la risa genera un estado de relajación que aporta una sensación de goce y de alegría. La neurobiología ha demostrado que la risa favorece la producción del organismo de neuromediadores tales como la serotonina y la dopamina, que son sustancias favorables para la salud. Así, en los hospitales, se ha podido demostrar que el consumo de analgésicos tiende a disminuir en los servicios donde intervienen asociaciones lúdicas o payasos, como Le Rire Médecin, los Hôpiclowns y otros risólogos o *clownanalistas*.[8] Esto se explicaría por el hecho de que, cuando hay manifestaciones de hilaridad, el cerebro produce endorfina, que calma los dolores de forma natural.

Desde el punto de vista psicológico, la risa ha demostrado ser una protección contra la angustia, pero también puede expresar un malestar. En todas las sociedades humanas, la risa, asociada o no al humor, ejerce funciones de comunicación y desempeña un papel no despreciable en las relaciones sociales.

Entre optimismo triste y pesimismo alegre

La palabra «humor» proviene del término inglés *humour*, derivado éste a su vez de una palabra francesa, *humeur*. El origen de este término es médico, y se refiere a los humores en el sentido biológico. Desde el punto de vista etimológico, remite a la teoría griega, atribuida a Hipócrates, de los cuatro humores provenientes de los fluidos corporales: la sangre, la pituita (o también felma o linfa), la bilis negra (o atrabilis) y la bilis amarilla. Según los preceptos de Hipócrates, los cuatro humores influían en las funciones físicas y mentales de las personas, afectando a su bienestar. De este modo, los temperamentos se explicaban por el predominio de uno de los cuatro humores. Así, se clasificaron en: sanguíneo, bilioso, atrabiliario, y linfático o flemático. Adviértase que estos términos siguen presentes en el lenguaje común contemporáneo. En la Antigüedad, los humores estaban a su vez asociados a los cuatro elementos: la sangre con el aire, la bilis con el

fuego, la atrabilis con la tierra, la pituita (o flema) con el agua.

Esta teoría postulaba que el predominio de uno u otro de estos humores podía producir un desequilibrio capaz de explicar las diversas afecciones. Por tanto, de acuerdo con una lógica completamente causalista, era preciso regular los fluidos para curar a los enfermos. Esta concepción perduró hasta la Edad Media y mucho más en no pocos médicos. La sangre era considerada un fluido privilegiado, capaz de transportar los «malos humores». Convenía entonces hacer sangrías para liberarlos y curar, así, toda clase de enfermedades.

En el siglo XVII, Molière[9] se burló ingeniosamente de la supervivencia de la teoría de los humores en médicos que prescribían sangrías para curar a los enfermos. Desde entonces, el Señor Purgón, de merecido nombre, asegura que hay que limpiar el cuerpo y evacuar por completo los malos humores mediante lavativas frecuentes. Así, cuando se enfada con su paciente recalcitrante, que no ha usado el enema que le había prescrito, lo amenaza en estos términos: «Tengo que decirle que voy a abandonarlo a su mala constitución, a la intemperie de sus entrañas, a la corrupción de su sangre, a la acritud de su bilis y a la feculencia de sus humores».[10] Molière se divirtió mucho produciendo humor sobre la teoría de los humores.

Fueron, pues, los ingleses los primeros en dar relieve al concepto de humor. Este término, surgido en Inglaterra a partir de la concepción médica de los humores, se transformó bastante rápido para referirse esencialmente al estado psicológico de una persona. Se usa siempre que decimos de alguien que está de buen humor o de mal humor. Con el tiempo, el sentido de este término se restringió y acabó significando un estado de ánimo que resalta los aspectos divertidos de la vida. Robert Escarpit, en su obra *L'Humour*, nos recuerda los orígenes ingleses de este concepto y cómo sus definiciones múltiples y cambiantes han evolucionado a lo largo del tiempo distinguiéndose cada vez más del humor biológico. Así, indica que: «Desde mediados del siglo XVI, *humour* implicaba para los ingleses una rareza de carácter, una excentricidad (natural o afectada) y, en todo caso, una conducta fantasiosa».[11] Su obra nos invita igualmente a reflexionar sobre esta paradoja, que el autor considera típica de la historia de la literatura inglesa, que consiste en «el doble y enigmático rostro de un optimismo triste y un alegre pesimismo».[12] Con todo, sin menoscabo de su especificidad inglesa, se

debe reconocer que este doble oxímoron se encuentra también en otras sociedades. Ilustra numerosas situaciones que participan de lo cómico, mucho más allá de las orillas de Inglaterra.

En la tradición británica, el humor se asocia muy a menudo con el sinsentido, es decir, está ligado a la puesta en evidencia del absurdo, a menudo vinculada a la capacidad de reírse de uno mismo. Woody Allen, aun siendo ciudadano norteamericano, podría incluirse en la línea de este humor llamado «inglés». Como cuando declara: «El hombre explota al hombre, y a veces ocurre lo contrario»; o bien: «La única forma de ser feliz es que te guste sufrir».

Muchos humoristas, ya sean profesionales u ocasionales, gustan de hacer uso de esa extraña alianza que combina la tragedia con lo cómico. Parecen hacerse eco de los estrechos vínculos que unen al humor con la melancolía en muchos seres humanos. Charlie Chaplin[13] (ciertamente un británico que hizo carrera en los EEUU) fue uno de los maestros en la materia. En sus memorias, declaró: «Para reírte de verdad, tienes que ser capaz de tomar tus penas y jugar con ellas». Estas palabras resumen bastante bien su carrera, que desarrolló inspirándose en su propia vida para alimentar sus producciones artísticas, esencialmente basadas en efectos tragicómicos.

En la lengua francesa, el término «humour» fue adoptado bastante tarde, al principio pertenecía al lenguaje culto. Así, durante mucho tiempo predominó el uso de la palabra «rire». Se usaba en un sentido amplio, es decir, relacionada con todo lo que conduce a la diversión. Por ejemplo, la obra célebre del filósofo Henri Bergson, publicada en 1900, se tituló *Le Rire*. Hasta 1932, la Academia Francesa no aceptó reconocer el término «humour» en su sentido actual, aunque, de hecho, había entrado en la lengua francesa desde 1880.

Actualmente, por tanto, el humor comprende el hecho de ser divertido o risible en circunstancias diversas y por medios distintos: palabra, escrito, dibujo, comportamiento, etcétera. Tener humor puede referirse igualmente a la capacidad para captar lo cómico de las situaciones, de las palabras o de las actitudes de los demás.

El humor, un concepto curiosamente complejo

¿Qué es el humor y el sentido del humor? El sentido del humor puede

ser entendido desde diferentes ángulos. Puede ser concebido como un modelo de comportamiento habitual que corresponde en alguien a la tendencia a reír con frecuencia, a decir bromas y a divertir a los demás, pero también a reírse de las bromas que emanan de otras personas. Puede referirse a la capacidad para crear humor, para divertir o para captar los aspectos cómicos de las situaciones. A veces se entiende como un rasgo de carácter o temperamento que consiste en ser alegre de forma habitual, tener una visión alegre de la vida o una visión divertida del mundo. «El humor es una forma particular del espíritu que consiste en representarse agradablemente los aspectos insólitos de la realidad», nos dice Willy Szafran.[14]

Actualmente, el término «humor» se refiere a un concepto complejo y multidimensional que puede ser definido y analizado de formas distintas. De hecho, los términos descriptivos aplicados al humor son múltiples y dependen a menudo de las teorías que tratan de dar cuenta de él (filosofía, psicoanálisis, psicosociología, psicología del desarrollo, etcétera). Puede parecer, pues, un concepto difícil de aprehender. Así, el humor es considerado a veces como un juego de la mente, sobre todo intelectual, particularmente en lo que al *witz* se refiere (*mot d'esprit*, en francés; chiste, en español), descrito y analizado por Sigmund Freud[15] en sus relaciones con el inconsciente o como mecanismo de defensa. También puede ser entendido en función de sus distintas formas de expresión (burla, risa, reírse de uno mismo), de su papel social y de su intencionalidad explícita o implícita (de vínculo, de afiliación, de exclusión, de hostilidad, etcétera). Puede igualmente ser tratado en función de los contextos en que surge: como humor festivo y de convivencia en los grupos, pero también como mecanismo de supervivencia en situaciones extremas.

Desde el punto de vista psicológico, a veces se estudia en relación con la personalidad de los individuos y con las características específicas de los sujetos.[16] Bajo esta perspectiva, algunos psicólogos han catalogado distintos estilos de humor para elaborar métodos destinados a diferenciar las tendencias dominantes de los modos de expresión del humor, de acuerdo con las características personales de los individuos y, en ocasiones, en función del género.

En los planteamientos corrientes, el humor a menudo se define como un modo de comunicación divertido o agradable que provoca emociones

positivas, como la alegría, la sonrisa o la risa, y que puede traducirse en una descarga de tensiones. De hecho, el humor, en esta acepción amplia que predomina en la actualidad, remite a los múltiples aspectos que componen el amplio campo de las dimensiones de lo cómico. Puede presentar una gran variedad de formas, en función de las modalidades de su expresión, de sus protagonistas y de aquellos a quienes va destinado, así como dependiendo de los contextos psicoafectivos, sociales y culturales donde surge. De este modo, en el panorama contemporáneo de las formas de humor, los aspectos intelectuales y de buen gusto, que predominan en los chistes o las bromas, se codean con las palabras subidas de tono que acompañan a ciertas bromas populares que, sin embargo, hacen reír a muchos adeptos. Ciertas formas de expresión favorecen el lenguaje hablado o escrito, pero igualmente se utilizan otros soportes para provocar diversión. La mímica, la gestualidad, pero también los dibujos humorísticos y las historietas animadas, las caricaturas, también los filmes, los *sketches*, o las canciones y los anuncios publicitarios constituyen otros tantos soportes que ponen de manifiesto la disparidad y la variedad de sus modos de expresión. La multiplicidad de los soportes del humor demuestra igualmente la importancia de este fenómeno en las sociedades humanas.

En un sentido amplio, el humor como estímulo puede corresponder a acciones verbales y no verbales, o a comportamientos que se caracterizan particularmente por el uso de asociaciones insólitas o incongruentes, destinadas a obtener un efecto cómico. Cuando se trata de humor, algo que dice o hace una persona es percibido como divertido, gracias a la puesta en juego de procesos cognitivos que permiten crear o percibir estímulos de esa índole. Este tratamiento cognitivo provoca respuestas afectivas generalmente positivas, como la diversión, la alegría o el júbilo. De este modo, podemos decir que el sentido del humor es multifactorial. Pone en juego modalidades perceptivas y cognitivas que producen respuestas emocionales y afectivas.

Pero, dirá el lector, ¡vaya disección tan fría del funcionamiento del humor!, ¡no tiene nada de divertida! Vemos, en efecto, que el planteamiento descriptivo del humor hace que el tema se vuelva enseguida muy serio. Como dice Guy Bedos: «querer definir el humor es correr el riesgo de no tenerlo».[17] Aceptamos correr este riesgo. Pero recordemos que, según Hegel,[18] lo contrario de la risa no es la seriedad,

sino la realidad.

No es preciso ser alegre

El humor puede ser considerado un proceso intelectual que surge como reacción a una situación incongruente. Podemos ilustrarlo mediante historias como la siguiente: «En un restaurante, el camarero le pregunta al cliente: "¿Cómo ha encontrado usted el bistec?". Y el cliente le responde: "¡Por casualidad, debajo de una patata frita!"». O bien con esta otra broma más contemporánea: «Una madre le pregunta a su hijo: "¿Todavía estás delante del ordenador?". Y el hijo le responde: "¡Pues sí, he probado a ponerme detrás, pero no se ve bien!"». En estas historias, lo que provoca la diversión proviene de la sorpresa creada por la yuxtaposición de sensaciones inesperadas y paradójicas, la falta de lógica de las percepciones o de los conceptos asociados. Por tanto, la risa nace de la confrontación con cambios absurdos, inadecuados o repentinos.

Emmanuel Kant (siglo XVIII) fue uno de los primeros en analizar la risa de este modo, es decir, a partir de los estímulos que la provocan. Destacó que son los elementos absurdos y la extrañeza los que provocan la risa frente a las bromas o las situaciones cómicas. Consideraba igualmente que la risa resultante produce un bienestar gracias a la descarga de la expectativa que la precede. Para este filósofo, el aspecto liberador de la risa es provechoso, ante todo, para el ser humano. Él afirmaba: «La risa es un afecto que procede del modo en que la tensión de una espera es reducida a nada».[19] De este modo, situaciones cotidianas pueden convertirse en cómicas si en ellas surgen lo inesperado y lo incongruente; como cuando de repente alguien resbala y cae al suelo, o cuando un sombrero que alguien lleva dignamente levanta el vuelo, o cuando alguien pierde la peluca, o también cuando la falda de una dama es levantada por el viento.

«No es necesario ser alegre para tener humor», nos dice Boris Cyrulnik.[20] En efecto, el uso del humor no es exclusivo de los individuos divertidos y risueños. Por otra parte, el humor no siempre provoca la risa, puede provocar tan sólo el placer intelectual y el sentimiento de satisfacción al haber captado la comicidad de la situación o de las palabras. A veces, la alegría de haber comprendido el humor y compartirlo con alguien puede interiorizarse. Así, en muchas ocasiones, adoptamos una actitud humorística, o bien apreciamos una broma o un chiste sin por ello hacer

visible nuestra alegría. Por el contrario, puede ocurrir que riamos por razones que no están ligadas a situaciones cómicas, por ejemplo, para expresar la alegría de reencontrarnos con alguien querido o la satisfacción de haber logrado algo importante para nosotros. Es la risa de la satisfacción o del triunfo, una risa que no resulta del humor.

Por otra parte, la risa representa a veces una manifestación de malestar. Y en ciertas culturas expresa embarazo (por ejemplo, en Asia). Puede ser el síntoma de una patología psíquica, como ocurre con la risa inadecuada del histérico o cuando acompaña a una fase hipomaníaca en un individuo.

No manifestar alegría puede corresponder a una posición cuya finalidad es acentuar lo cómico. Buster Keaton, por ejemplo, nunca se reía en sus filmes y conseguía mantener una expresión congelada, fuesen cuales fuesen las circunstancias de sus tribulaciones, como si él mismo estuviera ausente, lo cual aumentaba la hilaridad de los espectadores. Advertimos a menudo el uso de este método en muchos otros cómicos célebres. En las comedias o en los *sketch*, los artistas saben a menudo el modo de mostrarse divertidos o risibles sin participar en la hilaridad. En efecto, permanecer serio en el humor es una técnica fundamental en los mecanismos de lo cómico. Muchos humoristas siguen esta regla y dominan el arte de hacernos reír sin reírse ellos mismos, a veces invitándonos a reírnos a su costa.

En la vida diaria, algunas personas hacen lo mismo y se caracterizan por el uso de un humor distanciado. Este posicionamiento hace referencia igualmente a la actitud privilegiada del llamado humor «inglés». Por el contrario, otras personas se parten de risa con la menor de sus bromas, mostrándose a veces más alegres que divertidas. Este estado tiene relación en algunas personas con una propensión a la eutrapelia, tal como la describe Aristóteles y cuyos valores celebraba Tomás de Aquino, aunque deploraba lo triste del término en cuestión. La eutrapelia insiste en los aspectos recreativos del uso del humor y puede relacionarse con la broma, con las expresiones irónicas o ingeniosas. Corresponde en un individuo a la propensión a la alegría, a la capacidad de divertirse con cualquier cosa. Se trata de un estado alegre y juguetón en la forma de enfrentarse a la vida, que hace a estos individuos a menudo amables y atractivos en la vida en sociedad. Sin embargo, en nuestros días, ciertos individuos alegres y divertidos sufren de una falta de credibilidad social,

especialmente en algunas profesiones en las que la gravedad se asocia con la competencia. En consecuencia, los individuos propensos a la risa pueden no ser tomados en serio, incluso ser considerados menos fiables e inteligentes, aunque por lo general se considera que son una buena compañía. ¿Es esto motivo para dejar de reír?

Notas

---

5. Baudelaire, C. [1858], *De l'essence du rire, et généralement du comique dans les arts plastiques*, Sillage, París, 2008.

6. Lorenz, K. [1969], *L'Agression. Une histoire naturelle du mal*, Flammarion, París, 1977.

7. Humbeeck, B. y Berger, M., *L'Humour pour aider à grandir*, Mols, Canet-en-Roussillon, 2008.

8. Garitte, C. y Feuerhahn, N., «Faire rire: mode d'emploi», en *Humoresques*, vol. 27, mayo de 2008, Maison des sciences de l'homme, París.

9. Por ejemplo, en «Le Médecin malgré lui» o «Le Malade imaginaire».

10. Molière, *Le Malade imaginaire*.

11. Escarpit, R., *L'Humour*, col. Que sais-je?, vol. 877, PUF, París, 1987.

12. Ibíd.

13. Chaplin, Ch. [1964], *Histoire de ma vie*, Robert Laffont, París, 2002.

14. Szafran, A. W., «Humour, créativité et psychothérapie», en Szafran, A. W. y Nysenholc, A. (dir.), *Freud et le rire*, París, Métailié, 1994, págs. 78-88.

15. Freud S. [1905], *Le Mot d'esprit et sa relation à l'inconscient*, Gallimard, París, 1988.

16. Por ejemplo, en Martin, R. y Puhlik, P., «Humor Style Questionnaire» (o HSQ), 2003.

17. Bedos, G., *Pointes, piques et répliques*, Le Cherche Midi, París, 1998.

18. Hegel, F. [1831], *Esthétique*, tomo II, Livre de Poche, París, 1997.

19. Kant, E. [1790], *Critique de la faculté de juger*, Flammarion, París, 2000.

20. Cyrulnik, B., *Autobiographie d'un épouvantail*, óp. cit.

2. La risa y el humor a lo largo de las épocas

La carcajada en la Antigüedad

«El universo nació de una enorme carcajada».[21] Esta concepción de la creación del mundo mediante la risa nos la transmiten los mitos fundadores, religiosos o no, desde la Antigüedad. Por ejemplo, la encontramos en la tradición de los relatos homéricos que mostraban a los dioses del Olimpo riéndose a mandíbula batiente de sus propias dificultades y burlándose cruelmente de las vicisitudes de los humanos, a quienes ellos mismos ponían a prueba. Desde este punto de vista se entiende la celebración de la risa entre los habitantes de la Grecia antigua. La risa desinhibida, que indicaba la alegría de vivir, era una señal de confianza en el futuro y en el combate contra el poder de la muerte. Pero esta hilaridad pasaba a menudo por la exclusión del extranjero, del otro, considerado como diferente y del cual uno se podía burlar. Así, en los relatos homéricos, tratándose de humanos o de semidioses, la risa es a menudo provocada por humillaciones infligidas al enemigo, las mismas que tanto temían los griegos para sí mismos. Se trata de la celebración de la risa agresiva, que afirma el triunfo sobre el enemigo a quien se denigra y rebaja con deleite. Este júbilo se inscribe en el marco del «humor de superioridad», teoría atribuida a Aristóteles. Según esta teoría, el humor se nutre principalmente del deseo común de los seres humanos de mostrarse superiores a los demás mostrando sus debilidades o errores.[22] La risa surge de denigrar y humillar a individuos considerados inferiores a uno mismo. El humor llamado «de superioridad» consiste, pues, en reírse a expensas de personas despreciadas, en ridiculizarlas, en señalar su estupidez, su debilidad o fealdad, lo cual a su vez equivale a que uno mismo parezca mejor en comparación.

De forma más general, para el pueblo griego, la carcajada se asociaba a las fiestas dionisíacas de la Antigüedad. La propensión a la alegría y a la risa fue cantada, por ejemplo, por el poeta cómico Aristófanes, que celebraba la risa en todas sus formas, mostrándose gustosamente provocador, agresivo, e incluso escatológico o subversivo. Utilizaba el humor para denunciar las rarezas de la sociedad o burlarse de los filósofos. Se burló de Sócrates y Eurípides, quienes a su vez no compartían su sentido del humor. Pero la transgresión y la bufonería de Aristófanes no eran apreciadas por todo el mundo, cosa que le causó

problemas. Fue llevado ante la justicia por sus detractores, que le reprochaban la inconveniencia de sus sátiras. Los filósofos de la Grecia antigua intentaron controlar la risa desatada y propusieron remplazarla por una risa más civilizada, sutil y con el objetivo de cohesionar el grupo. Eurípides condenaba el uso de la risa malévola, considerada indecente, inconveniente y grosera. En *El Banquete* de Platón hay una condena de la risa y de los bufones. En cambio, se preconiza el uso de la ironía, pero en el sentido de un humor refinado y no hostil, es decir, tal y como lo encontramos en las bromas bienintencionadas y decentes, no en la mofa o el sarcasmo. Según Aristóteles, «la ironía conviene más a un hombre libre que la bufonada, puesto que él bromea para su propio placer y el bufón para el de los demás».

Entre los que se ríen, en la tradición de Aristófanes, también encontramos a Luciano de Samosata, un retórico griego (de origen sirio) del siglo II de la era cristiana, conocido por su humor satírico. Este panfletario se burlaba de todo —de los filósofos, de los locos y de los dioses— y denunciaba a los falsos profetas. *Ridendo dicere verum* («decir la verdad con la risa») podría haber sido su lema. Este librepensador —podríamos decir *librereídor*— es considerado uno de los padres del espíritu crítico. Basándose en la idea de no tomarse nada en serio, se inventó a un filósofo a quien llamó Menipo, que se convirtió en su portavoz y tenía como particularidad querer reírse de todo.

En la Antigüedad grecorromana, la forma de expresión humorística privilegiada era, por tanto, la sátira, cosa que no gustaba a los filósofos que querían desmarcarse de ella. Hasta una época reciente, los historiadores se preguntaban si los romanos ignoraban el humor. Es verdad que, aparte de Baco o de ciertos sátiros, las representaciones que nos han dejado no los pintan a menudo como seres alegres. No obstante, nada indica que no les gustara reír y bromear, sino más bien al contrario. Los textos latinos antiguos muestran, por otra parte, un cierto humor, y autores como Cicerón o Plutarco dan prueba de ello con su participación activa en la teorización del humor y de la risa. Por ejemplo, Cicerón reflexionó sobre la incongruencia como origen de la risa. En cuanto a Plutarco, es conocido por haber desarrollado consideraciones sobre los contextos sociales que determinan o no a la risa. Por ejemplo, vio que ciertas historias pueden ser divertidas cuando las compartimos con amigos y no lo son cuando lo hacemos con otras personas, como con miembros de la familia o de la jerarquía social.

Los antiguos nos han legado una recopilación de historias divertidas, el *Philogelos*[23] (o *El amante de la risa*). Hoy en día se trata del compendio de chistes más antiguo conocido en Occidente. Este manuscrito del siglo X es la copia de una serie de 256 historias divertidas escritas en griego antiguo, de las cuales algunas son probablemente del siglo III a. C. Esta recopilación demuestra cuánto les justaba reír y bromear a los hombres en la Antigüedad grecorromana. Estas historias, que se refieren tanto a griegos como a romanos, se burlan de intelectuales, de tacaños, de charlatanes y también de mujeres.

He aquí una muestra de estas bromas, con algunos ejemplos sacados del libro de Arnaud Zucker.[24] Entre las historias relacionadas con los eruditos encontramos: «Es un intelectual que va corto de dinero y vende sus libros. Entonces le escribe a su padre. "Tengo una buena noticia: ¡estoy empezando a vivir de mis libros!"». O también: «Es un intelectual que es asistente de un gobernador, tuerto del ojo derecho. Cuando el gobernador pasa por un viñedo y alaba la belleza de las plantas a su izquierda, el intelectual le dice: "De vuelta, verá usted, ¡también le va a gustar el otro lado!"». Y, para acabar, otra historia sobre la tontería y el absurdo: «Un hombre va a ver a uno de sus amigos. Una vez delante de su casa, lo llama por su nombre. Un vecino le dice: "Grita más fuerte si quieres que te oiga". Y el tipo se pone a gritar: "¡Eh! ¡Más fuerte!"». Ciertamente, podemos ver que estas bromas parecen haber perdido su gracia. Además, como muestran estos fragmentos, el tono del *Philogelos* es bastante decoroso, las bromas no son obscenas, pero se burla con ganas de los intelectuales y de las mujeres. Además, para estas últimas hay una buena dosis de misoginia. Las bromas sobre las deformidades físicas o la tontería humana también están presentes. Aunque estas bromas antiguas no sean siempre hilarantes, hay que reconocer que sus temas no son demasiado distintos de los temas de las bromas contemporáneas.

Las palabras para nombrar la risa también son reveladoras de la idea que tenían los antiguos de las expresiones de lo cómico. Mientras que en latín sólo encontramos un término, *risus*, que viene de *ridere*, cuyo significado es «reír», no pasa lo mismo en hebreo o en griego antiguo. En el Antiguo Testamento, encontramos la distinción entre dos formas de reír, designadas mediante dos palabras completamente diferentes en hebreo. Una de ellas es *sakhaq*, que corresponde a la risa jovial y a la alegría, mientras que la risa producida por la burla o la denigración de

otro se designa con la palabra *laag*. De la primera acepción del reír en hebreo sale el nombre *Isaac*, que significa «la risa», nombre dado al hijo tardío de Abraham y Sara (como relata el *Génesis*). En griego también hay dos palabras para definir la risa, *gelan* y *katagelan*. *Gelan* corresponde a la risa simple, benevolente, sin mala idea. *Katagelan* es la risa burlona y agresiva, el sarcasmo y la mofa. La tendencia a adoptar una perspectiva moral, que distingue el buen uso de la risa y el malo, es muy antigua, y está muy anclada en las preocupaciones de el ser humano.

La risa en la era cristiana: un pecado cargado de erotismo

«¡La risa es algo muy serio con lo que no hay que bromear!».[25] Esto mismo podrían haber dicho los teólogos de los albores del cristianismo, pero sin intención de divertir a la audiencia, contrariamente a nuestro añorado Raymond Devos. Ya hemos visto que, para los antiguos griegos, la risa era la marca de la vitalidad y de la libertad asociada a las divinidades. Los relatos de la Antigüedad presentan a los dioses del Olimpo como muy dados a la risa. El mismo Zeus podía ser presa de una risa irreprimible. Pero no ocurría lo mismo en los relatos de los teólogos de principios de la era cristiana, para quienes la risa era algo maléfico. Por otra parte, se decía: «¡El sabio no puede reír sin temblar al mismo tiempo!».

Así, los cristianos no tardaron en percibir el poder maléfico de la risa. Por eso, idearon diversos medios para contener estos supuestos efectos malignos. La expresión corporal de la carcajada se consideraba vulgar y malsana, la exaltación y el placer que acompañan a la risa se relacionaban con los placeres carnales o la locura. Al principio de la cristiandad y hasta la Edad Media,[26] los religiosos consideraban la risa como un pecado que ahuyentaba la razón y podía liberar pasiones monstruosas.

La risa es, pues, condenable y remite a todo lo prohibido, particularmente en lo que a los hombres de Dios se refiere. En consecuencia, el humor y todo aquello que puede conducir a la risa es reprensible, incluso diabólico. A principios del siglo III, Clemente de Alejandría prescribe que las mujeres no deben reír, si no quieren correr el riesgo de ser confundidas con prostitutas. En cuanto a los hombres, es algo que los asemeja a los proxenetas. De forma más general, en la buena sociedad cristiana, la risa es proscrita. La hilaridad es vista como

una manifestación de la animalidad y obra del demonio. En las gentes de bien sólo se admite la sonrisa, considerada como «la risa de los sabios», es decir, de quienes tienen un espíritu sano.

De hecho, esta perspectiva se inscribe en el linaje de los filósofos de la Antigüedad que se habían preguntado por este fenómeno del animal humano, cuya animalidad condenable era, precisamente, lo que querían rechazar, sobre todo en los hombres de Dios. Por este motivo, la represión de la risa fue una de las preocupaciones importantes de los legisladores monásticos.[27] En el siglo IV, Basilio de Cesarea, llamado san Basilio, dictó reglas monásticas que regían la conducta en los monasterios en las que se anima a condenar la risa. Conocido por su ascetismo más que por su alegría de vivir, consideraba que la risa no era algo cristiano pues «contamina la palabra».[28] Además, muchos teólogos subrayan que, según la Biblia, Jesús nunca rio durante su vida en la tierra. ¡De modo que un buen cristiano debe seguir su ejemplo y permanecer serio! En el Evangelio,[29] encontramos esta advertencia: «¡Ay de quien ahora se ríe, pues conocerá el duelo y las lágrimas!».

De forma más general, para los cristianos, la parte oscura de la risa proviene del hecho de que durante mucho tiempo se asoció a los festines, a los atracones, a los excesos en la bebida y al libertinaje, todo ello relacionado con el pecado, ya que sí, es cierto, el pueblo festeja y ríe a pesar de la desaprobación de los guardianes de la Iglesia. Se deformó el uso del término «eutrapelia» —que en Aristóteles era la alegría o el júbilo— tomando una connotación peyorativa en ciertos teólogos (como Clemente de Alejandría) que llegaron a asimilarla esencialmente con las bromas picantes y las obscenidades, por lo que debía ser rechazada.

Además, la risa también se podía asociar con la tontería, incluso como propia de mujeres y niños, unas y otros considerados como seres débiles e inferiores. Durante mucho tiempo, la Iglesia cristiana condenó las carcajadas por impías, al asociarlas a los descreídos y a los débiles, y percibirlas como una mueca obscena. Pero, si se puso tanto celo en intentar contener las actividades cómicas y condenar la risa, es porque este comportamiento propio del ser humano estaba muy presente en toda la sociedad, inclusive en los monasterios, en los que se hacían muchas bromas, que quedaron relatadas en los escritos.

En *El nombre de la rosa*,[30] cuando Guillermo de Baskerville y su joven

alumno llegan al monasterio benedictino, van muriendo un monje tras otro. En el relato, que se parece a una novela policíaca medieval, Umberto Eco muestra las dificultades del tránsito a un mundo nuevo, moderno y abierto al conocimiento (el autor sitúa la intriga en 1327). La misión implícita de los protagonistas es la denuncia del oscurantismo, en un contexto en el que el saber y el conocimiento científico amenazan a la fe cristiana conservadora. El nudo de la intriga se teje en torno a la laberíntica biblioteca que alberga los libros prohibidos que contienen un saber transgresivo.

En este tenebroso monasterio en el que ronda la muerte, el manuscrito más sulfuroso y el más prohibido entre todos, el libro del mal, resulta ser el único ejemplar de un texto de Aristóteles sobre la comedia (el libro II de *La Poética*, hoy desaparecido). Ahora bien, el crimen de este libro consiste en hacer un elogio de la risa. Jorge, un viejo monje enloquecido, prohíbe la copia, la difusión e incluso la lectura de esta obra considerada blasfema, ya que para él la risa es la huella de la maldad, un vicio que representa el pecado supremo. El goce que de ella resulta lo demuestra. La novela de Umberto Eco destaca la interpretación negativa de la risa por parte de los representantes de una Iglesia conservadora. La risa era percibida como expresión del libertinaje, al igual que el pecado de la carne mediante la sexualidad.

Lo que puede parecer doblemente irónico (respecto a los cristianos conservadores), es el hecho de que Aristóteles no elogiaba la risa desenfrenada, sino que era partidario de la corriente filosófica que preconizaba únicamente el uso moderado de la risa decente. Sólo reconocía las bromas de buen gusto y rechazaba la risa hiriente y las bufonadas.

Pero recordemos que, si bien los filósofos griegos distinguían entre la risa buena y la mala, y recomendaban su uso moderado, no es menos cierto que las prácticas sociales de la población seguían celebrando la risa festiva y las payasadas. El testimonio del mismo Aristóteles, en el siglo IV a.C., deja entrever la diferencia entre los preceptos de los filósofos y la realidad social del pueblo, que gustaba de bromear y burlarse, sin preocuparse realmente por los límites de la decencia. Aristóteles deploraba que el pueblo apreciara a los bufones, quienes, según él, tenían la falsa reputación de ser inteligentes.

No obstante, debemos ser justos y recordar que Aristóteles proponía una

vía intermedia, ya que tampoco apreciaba a los gruñones. Admitía que los risueños pueden burlarse de los defectos de sus semejantes o de la fealdad, pero a condición de excluir las emociones negativas (como el miedo, la vergüenza o el asco). Desde esta perspectiva, se puede reír, pero con moderación y a condición de no herir a nadie. En la tradición de Aristóteles, el objetivo es la *eutrapelia* desarrollada mediante un comportamiento jovial, un carácter jovial y alegre, generador de alegría.

La rehabilitación de la risa y el ***Homo risibilis***

A lo largo de los siglos, la risa fue perdiendo el carácter escandaloso para la comunidad cristiana e incluso, a veces, dejó de ser vicio para ser virtud, pero no en todas sus formas. Algunos religiosos, pensadores o filósofos defendieron la risa y la alegría como expresión de una virtud humana que hay que cultivar: *castigat ridendo mores*.[31] A principios del siglo XIII, Francisco de Asís se destacó por su modernidad al rehabilitar la expresión de la alegría y predicó las virtudes de la risa y el buen humor. Del mismo modo, Tomás de Aquino consideraba que la buena disposición a la alegría (*eutrapelia*, en referencia directa a Aristóteles) era admisible. Los buenos cristianos podían reír, pero a condición de hacerlo dentro de una cierta moderación. Había que evitar los excesos que, en especial cuando iban acompañados de la burla y la denigración de otros, mostraban para el teólogo una desviación moral que era preciso prohibir. De hecho, Tomás de Aquino distinguió dos tipos de risa, una ilícita (la burla displicente) y la otra tolerable, que incluso había que estimular: la de la expresión del bienestar y de la alegría, que se expresa mediante una hilaridad amable y recreativa. Así, estaba a favor de esta actitud alegre y benevolente, que asoció a la virtud de la modestia. «Es algo contrario a la razón ser un peso para alguien, no ofrecer aprobación alguna e impedir al prójimo regocijarse... quienes rechazan distraerse, nunca cuentan chistes y reprueban a los que los explican, viciosos, pesados y mal educados».[32] En sus escritos, indicó que la tristeza figura entre los vicios, mientras que el humor alegre y la expresión de alegría son virtudes que contribuyen a remediar la fatiga del alma.

No obstante, durante los siglos de la era cristiana, a pesar de estos límites propuestos por ciertos pensadores, poco a poco se rehabilitó al *Homo risibilis*, es decir al ser humano dotado de la capacidad de reír, característica que lo diferencia de las demás especies animales. Los

monarcas debían ser divertidos. Se dice que el rey Luis IX, llamado san Luis (siglo XIII), era un bromista a quien le gustaba reír a menudo. Pero, para canalizar su propensión a la risa y no arriesgarse a disgustar a Dios —o más bien a sus representantes en la tierra, los religiosos que le advertían sobre el exceso de alegría—, decidió privarse de la risa todos los viernes. ¡Una forma de autopenitencia que no carece de ironía!

Bufones y otros locos del rey

En la Edad Media, durante la fiesta de los locos, el pueblo se divertía. La hilaridad era algo aceptado por toda la sociedad, que celebraba el humor en las grandes festividades. La burla carnavalesca admitía, por un tiempo, la inversión de los valores al trastornar las normas y las jerarquías sociales. El pueblo se divertía con los bufones que se convertían en reyes y con los poderosos disfrazados de mendigos. También, como hoy en día, una de las mayores diversiones era ver a los hombres travestidos de mujeres.

Estas fiestas colectivas, de origen pagano en un mundo cristiano,[33] son hermanas de las fiestas dionisíacas de la Grecia antigua. La transgresión tolerada se caracterizaba sobre todo por la elección de un obispo de los locos. De todas formas, esta fiesta barroca no tenía solamente un objetivo catártico, ya que también contribuía a la cohesión social. Sin duda, la fiesta de los locos liberaba tensiones del pueblo mediante la risa, pero en definitiva era una forma muy eficaz de control social de las costumbres. En efecto, las bromas y las farsas se instituían. La fiesta colectiva y las risas eran vías de escape pasajeras, para luego volver al orden establecido en el que cada cual tenía su lugar. El alborozo popular contribuía a renovar una dinámica social que pasaba por la aceptación simbólica de las desviaciones y las excentricidades momentáneas, ya que, en definitiva, la licencia temporal respetaba un marco establecido y tenía como objetivo volver al orden inicial.

Podemos advertir que, a pesar de su carácter institucional y regulado, estas fiestas molestaban a la Iglesia y a los notables, lo que explica por qué acabaron siendo prohibidas. Las que pervivieron se convirtieron en carnavales asépticos y sobre todo mercantiles.

En las cortes medievales del rey y de los nobles, la risa también estaba presente, sobre todo con la figura del bufón o «loco del rey». El bufón era un verdadero profesor de humor que tenía la obligación de distraer y

hacer reír con sus farsas. Era un personaje que gozaba de cierta libertad de palabra y practicaba la ironía, el sarcasmo y la burla a expensas de las personas de la corte. Podía disfrazarse y travestirse para parodiar y burlarse de alguien, usando diversas expresiones de lo cómico a través de la palabra, la canción o los gestos. Sus bromas y caricaturas a menudo eran insolentes, pero toleradas si no sobrepasaban unos límites fijados por el buen juicio de su señor. El bufón se podía mostrar subversivo y atacar las normas sociales con sus bromas, y divertir al rey y a sus señores burlándose de ellos. No obstante, no siempre se trataba de simples payasadas para distraer, ya que el bufón también asumía las funciones de consejero del monarca. Mediante el humor, podía influir en las decisiones de los poderosos. Uno de los más célebres bufones de corte fue sin duda Triboulet, al servicio del rey Francisco I. Conocido por su ingenio y su capacidad de réplica, Triboulet inspiró a Victor Hugo para el personaje principal de su obra de teatro *El rey se divierte*. Más tarde, Giuseppe Verdi se valió de este personaje en su ópera *Rigoletto*. Fue Luis XIV —de quien no se sabe si tenía poco sentido del humor o si tenía cuentas pendientes con el bufón— quien terminó con la tradición de los bufones en la corte del rey. En todo caso, con esta decisión mostró que no apreciaba mucho las bufonadas.

De la risa rabelesiana al humor filosófico y elitista

Durante el Renacimiento, como muestra la obra de François Rabelais (siglo XVI), la risa expresa el placer reconocido, el bueno humor, la alegría de vivir. Todo ello vino acompañado de la aceptación de los placeres sensoriales, los atracones, el vino y la sexualidad. François Rabelais, de quien hay que decir que no sólo era médico sino también sacerdote, preconizó los beneficios de la risa como si fuera un don precioso. Afirmó que «la risa es lo propio del hombre», al situarse abiertamente en la línea de la tesis de Aristóteles, que dijo que el hombre es el único animal dotado de la risa.

Hay que recordar que si bien la obra de François Rabelais encanta a nuestros contemporáneos, en su época escandalizó. Rabelais se valía voluntariamente de la provocación y sus libros fueron prohibidos por subversivos y obscenos. Hay que preguntarse, pues, por el carácter relativo de la obscenidad en el humor. ¿Se puede considerar que François Rabelais era siempre obsceno? La obscenidad es para algunos un escollo para las bromas que, al volverse groseras y licenciosas,

parecen llegar al límite del humor. Entonces, ¿hasta dónde resulta gracioso lo obsceno? Todo depende de los contextos y los puntos de vista. Los bufones podían mostrarse atrevidos y escatológicos, y hacían reír porque su función era la de la burla, a menudo mediante el pastiche y la caricatura. En cuanto a François Rabelais, podemos considerar que elevó la obscenidad a arte, mediante la exageración humorística a ultranza de la descripción de atrocidades. Él llamaba a este procedimiento lo *horrífico*. Ya volveremos a ocuparnos de esto más adelante. Pero recordemos que, aparte de cualquier broma licenciosa, el mero hecho de reír les puede parecer obsceno a personas que no aceptan que alguien se entregue a los placeres del humor, sea cual sea el modo en que se expresen.

A partir del Renacimiento, ciertos filósofos llamados humanistas y también algunos moralistas empezaron a conceptualizar las formas de la risa y de la diversión. Del mismo modo que los antiguos griegos y luego los teólogos cristianos legislaron sobre el buen o mal uso de la risa, los filósofos intentaron circunscribir el humor a un contexto virtuoso. Propusieron la distinción entre las formas de reír consideradas socialmente apropiadas y las inapropiadas.

En el siglo XVII, Thomas Hobbes[34] contribuyó a completar la antigua teoría del llamado «humor de superioridad». Escribió sobre la risa, esa extraña pasión: «Aún vemos a hombres reírse de las debilidades de otros porque imaginan que los defectos de éstos indican mejor sus propias virtudes». Luego añade: «En efecto, ¿no es una forma de confirmar la buena opinión que tenemos de nosotros mismos comparar nuestras virtudes con las debilidades o las absurdidades de otros?». Este filósofo analizó y denunció el triunfo del narcisismo del que ríe sobre el que se convierte en objeto de burla. Podríamos decir que, implícitamente, alude a un mecanismo de protección y de revalorización de los que ríen. En efecto, desde este punto de vista, reírnos de nuestros semejantes nos permite sentirnos más confiados y reforzar nuestra propia estima. Pero Thomas Hobbes, como pensador moralista, subraya que este tipo de humor muestra también la pequeñez y la arrogancia de las personas. De todo ello deduce lo siguiente: «Podíamos decir que la pasión de la risa es un movimiento súbito de la vanidad producido por la concepción repentina de alguna virtud personal, comparada a una debilidad que vemos en ese momento en los otros o que nosotros antes teníamos». La tesis de la superioridad sostiene que nos divierte aquello que nos parece

despreciable, pequeño y no amenazador. Pero sobre todo reímos porque nos sentimos superiores al objeto risible y que creemos dominar. Reímos no solamente de alguien, sino a expensas de alguien que se presenta como inferior a nosotros, lo cual equivale a encontrar una compensación simbólica a nuestras carencias y nuestras debilidades, y esto tiende a revalorizarnos.

René Descartes (siglo XVII) también se apuntó a la tesis de la desconfianza hacia la risa, considerada negativa cuando resulta de denigrar a otro. En el *Tratado de las pasiones del alma*,[35] invita a distinguir entre la risa que resulta de la alegría y la basada en la burla del otro. Para él, todas las pasiones se reducen a la combinación de seis dimensiones primitivas: admiración, amor, odio, deseo, tristeza y alegría. Podemos ver que este pensador tan serio se mostraba, en definitiva, decididamente optimista respecto a las cualidades de los hombres, ya que consideraba que todo ser humano puede valerse de las pasiones dominándolas. Escribió: «No hay alma tan débil que no pueda, bien conducida, adquirir el poder absoluto sobre sus pasiones». Para René Descartes, esta posible libertad, o libre albedrío, hace del hombre un ser moral. De acuerdo con esta lógica, hizo un llamamiento a moderar la risa producto del odio o del menosprecio de otros, mientras que consideraba deseable la alegría sana y moderada.

En la misma línea, Baruch Spinoza (siglo XVII) también opinaba que la risa puede ser algo placentero y beneficioso para el hombre, a condición de que se asocie con la broma sana y se desmarque de la burla. Para este autor, es algo reconfortante «de lo que todo el mundo puede valerse sin dañar a nadie». Y precisó: «Ya que la risa, como también la broma, son pura alegría; y, por consiguiente, a condición de que no sea excesiva, es algo bueno por sí mismo».[36] Por lo tanto, el humor únicamente participa de la elevación del alma si se distingue claramente del escarnio y de la agresividad. Desde el punto de vista de Spinoza, la risa benevolente asociada a la alegría pura conduce a la elevación del ser: «Cuanto mayor es la alegría que nos invade, más nos acercamos a una perfección mayor, es decir, que es algo muy necesario puesto que participamos de la naturaleza divina».

De forma más general, las formas de lo cómico que provocan hilaridad y un humor alegre se asociaban a menudo con la mente y la inteligencia. El cardenal Richelieu era conocido por ser un gran bromista. Hacía

concursos de chistes con otras personalidades de la corte de Luis XIII. Se dice que siempre ganaba los concursos y que presentaba modestamente este hecho como prueba de su gran inteligencia, que era, sin lugar a dudas, muy superior a la de los demás.

Durante la Ilustración, para diferenciar las expresiones aceptables de la risa de sus formas consideradas vulgares, en los salones filosóficos ciertos pensadores retomaron el término «humor» que se estaba imponiendo en Inglaterra, pero le atribuyeron un significado limitado y especializado. Propusieron diferenciar este concepto de los otros fenómenos de lo cómico, como el chiste, la comedia, la sátira o incluso la burla. La palabra «humor», que seguía siendo un término culto, se utilizaba entonces exclusivamente para hacer referencia a una diversión compasiva o empática, producto de bromas y de características mentales sutiles. Se refería a formas de humor que seguían estando en los límites aceptables de la tolerancia y la benevolencia. Desde este punto de vista, el humor no debía originarse de forma inapropiada —como en el sarcasmo o la sátira— y excluía todas las formas crueles de bromas hechas a expensas de otros. Estos filósofos intentaron separar del humor las formas cómicas que consistían en ridiculizar las imperfecciones de la gente y las debilidades de la naturaleza humana mediante métodos denigrantes, cosa que, no obstante, es la fuente de risa más habitual. También fueron condenadas las bromas demasiado crudas, las ocurrencias groseras y el humor escatológico. En cambio, se enaltecían las formas de diversiones decentes y no hostiles, como las ocurrencias benevolentes.

Podemos ver que, implícitamente, esta aproximación al humor a veces llamada «filosófica» tendía a marcar las fronteras entre, por un lado, la risa popular vista como algo grosero y malévolo, y, por otro, la risa refinada supuestamente sutil privilegio exclusivo de las élites aristocráticas e intelectuales. Para estas últimas, el humor aceptable era también el que correspondía a la idea de no tomarse demasiado en serio y ser capaz de reírse de uno mismo. Rápidamente, la burla de uno mismo, que supone echarse una mirada distanciada, llegó a ser vista como la mejor expresión de esta distancia filosófica que se debía conseguir para tener un humor refinado y noble. Esta idea del humor se inscribía en la influencia británica de la época. En Inglaterra,[37] durante la era victoriana (siglo XIX), el sentido del humor, entendido bajo este significado restringido, se convirtió en una calidad característica del

gentleman bien educado, igual que el sentido común o la tolerancia. El *gentleman* debía, por lo tanto, ser divertido, pero de una forma sutil, refinada e intelectual, lo cual era una forma de distinguirse del resto del pueblo.

No obstante, en el marco de la controversia sobre el humor educado y benevolente, hay que precisar que en Francia, hasta finales del siglo XIX, era aceptable socialmente reírse de individuos desdichados, deformes o enfermos mentales. De forma más general, el intercambio de burlas o sarcasmos *ad hominem* era una forma extendida de interacción social de moda en una población poco preocupada por ser empática y respetuosa. Con sus escritos satíricos, bufonescos y voluntariamente subidos de tono, François Rabelais fue un ejemplo de los más ilustres de esta corriente. Sin embargo, tuvo que batallar contra los censores, ya que sus libros fueron prohibidos y tuvieron que editarse bajo nombres falsos.

Bajo la influencia de los movimientos filosóficos llamados «humanistas» —que surgieron durante el siglo XVIII—, las formas provocadoras y socarronas del humor fueron consideradas vulgares y de mal gusto. Sin embargo, hay que reconocer que de forma general persistieron durante siglos, mostrando su irreverencia bajo distintas formas, incluso en los escritos de autores célebres, algunos de los cuales se convirtieron en clásicos.

Lo cómico en Molière, Cervantes y otros

La distinción entre la alegría absoluta vinculada a la empatía y la risa producto de la burla conduce a un cuestionamiento más amplio de las distintas manifestaciones de lo cómico: teatro, panfletos y novelas. El tono de las obras de Molière ha sido analizado e incluso a veces criticado bajo este punto de vista. A esta forma de comicidad se le ha reprochado que incitara a una alegría malévola, ya que invita a burlarse de personajes ridiculizados, de los que uno se mofa a placer. Efectivamente, a menudo en Moliére se trata de «reírse de», más que de «reír con». Al menos por lo que respecta a los personajes ridiculizados, maltratados y expuestos a la burla para hacer reír al público. También se ha reflexionado acerca del humor específico de las obras de William Shakespeare que, desde el otro lado del canal de la Mancha, exhibía un humor libre y mordaz, pero considerado como más sutil. Parece, por tanto, que las formas de lo cómico shakesperianas eran mejor vistas por los críticos de la época, ya que su humor era menos burlón que el de

Molière.

En la literatura novelesca, entre los escritos cómicos que marcaron época, una de las obras más originales es, sin duda, *El ingenioso hidalgo Don Quijote de la Mancha,* de Miguel de Cervantes. Este famoso relato paródico, publicado a principios del siglo XVII, relata la epopeya imaginaria de un caballero barroco y ridiculiza la caballería. De hecho, el objetivo del autor era denunciar de forma más global las costumbres de la sociedad española de la época. En efecto, esta novela picaresca contiene una sátira social con el pretexto de relatar las aventuras del excéntrico personaje de Don Quijote. Este gentilhombre idealista y un poco loco se cree un justiciero que defiende a los oprimidos y dedica sus aventuras a su prometida, Dulcinea. Es cierto que este célebre relato divierte al lector con fantasías de combate contra seres amenazadores (molinos de viento tomados por gigantes) surgidos de las alucinaciones del protagonista, pero también contiene una crítica social. En esta obra, Sancho Panza, el fiel servidor de Don Quijote —cuyo nombre da a entender que tan sólo piensa en comer— lo acompaña. También él participa de lo cómico y de la sátira social; es un campesino inocente, pero lleno de sentido común. La burla y la broma están muy presentes en la obra original de Cervantes, que rompía con los escritos del pasado, habitualmente más serios, y es por este motivo que se considera una novela moderna, sobre todo gracias al uso satírico del humor.

Un poco más tarde, en el siglo XVIII, en las obras de Voltaire podemos encontrar frecuentemente el uso de la burla en el marco de una reflexión social. El filósofo apoyaba diversas formas de humor desde una perspectiva bastante abierta que se alejaba de las consideraciones restrictivas sobre la agresividad o el triunfo del narcisismo. En general, este autor bromista veía la diversión y la risa ante todo como emociones agradables. Se le atribuye esta frase: «Decidí ser feliz porque es bueno para la salud». Voltaire mostró en numerosos escritos sus cualidades humorísticas, con obras satíricas muy conocidas. Entre estas obras, podemos citar el imprescindible cuento filosófico *Cándido o el optimismo* (1759), en la que la omnipresente ironía se usa para denunciar la intolerancia, las injusticias y también para burlarse del fanatismo religioso.

En esta misma época, los escritos de Denis Diderot también fueron ejercicios humorísticos en los que el lector estaba invitado a unirse a la

diversión del autor. Es el caso de obras como *Jacques el fatalista y su maestro* o *El sobrino de Rameau* (obras póstumas), en las que encontramos muy presente esta forma de burla crítica. Pero pasa lo mismo en muchos otros textos en los que el creador de la *Enciclopedia* se divertía maltratando al catolicismo y declarando su ateísmo, a pesar de haber sido él mismo sacerdote. Como muchos otros escritores que se convirtieron luego en autores de clásicos de la literatura, Denis Diderot fue víctima de la censura de su época y conoció los placeres de una temporada entre rejas.

La sátira para denunciar las injusticias: Twain, Dickens, Zola, Hugo

Durante el siglo XIX, el humor se empleó ampliamente para la crítica social y a veces también fue el medio para combatir el exceso de autoridad, las desigualdades de la sociedad o incluso para presentar estudios de las costumbres, por ejemplo, ridiculizando las ambiciones de poder o de gloria de los individuos poderosos o miserables. Con este objetivo, muchos autores escribieron textos paródicos que se sitúan implícita o explícitamente en la línea de la obra de Cervantes. Estos escritos se valieron de lo cómico para llegar mejor al público y sensibilizar a los lectores sobre las causas sociales que defendían. Entre las más célebres, podemos citar las obras del autor americano Mark Twain, con las aventuras del huérfano Tom Sawyer o las de Huckleberry Finn, cuyos personajes se convirtieron en símbolos de la juventud libre, espabilada y bromista. También pasó lo mismo con el británico Charles Dickens y sus *Pickwick Papers*. La primera novela del escritor celebra las virtudes del aprendizaje mediante los desafíos de la vida, y narra las aventuras y desaventuras de los protagonistas en un tono cómico. Pero el más conocido de estos escritos es, por supuesto, el que narra las aventuras de David Copperfield. Se trata de una novela emocionante y divertida, a menudo considerada autobiográfica, puesto que parece estar muy inspirada en la vida del propio Dickens. Además, también está escrito en primera persona.

Mark Twain y Charles Dickens (uno británico y el otro norteamericano) son dos escritores que tienen en común el haber utilizado las virtudes de lo cómico y de la sátira para defender a las clases sociales desfavorecidas, y más concretamente la causa de los niños necesitados.

En Francia, la literatura del siglo XIX contiene todo un filón de autores que usaron el humor para denunciar las derivas de la sociedad. La risa

es algo omnipresente en la obra de Émile Zola. La ironía ayuda a descifrar las complejas relaciones humanas del pueblo y acompaña a la inmersión en estos contextos sociales a menudo populares, divirtiendo al lector, pero sin burlarse de los protagonistas. Uno de los ejemplos más notables de esto es sin duda su novela *La tierra*, en la que el autor no duda en hacer un llamamiento al humor bajo todas sus formas, incluso las escatológicas.

De forma muy diferente, Victor Hugo también se valió del humor en sus obras. En sus diversos escritos, celebró las virtudes de la risa y de la alegría. En uno de los poemas de *La leyenda de los siglos*, glorificó el humor como un acto de libertad diciendo: «Sobre el hombre en la ignominia lanzaban su dura alegría, sabiendo que es con la ironía que empieza la libertad».[38] Además, aunque muchas otras obras como las novelas *Los miserables* o *Nuestra Señora de París* presentan signos de humor, es sin duda en el poema *Buen consejo a los amantes* donde Hugo nos da ejemplo de un humor típicamente suyo. En efecto, este poema contiene un humor negro (antes de que este concepto existiera) bastante sutil, con el personaje del ogro que, al final y por holgazanería, se come al hijo del hada de quien estaba enamorado. El autor termina con esta célebre sentencia irónica: «¡Quien quiera gustar, que no se coma al hijo de la madre a la que ama!».

Durante el siglo XIX, durante la época llamada romántica, el humor popular se manifestó también mediante la caricatura política o social, cuyas virtudes cómicas celebró Charles Baudelaire en su texto *Sobre la esencia de la risa*.[39] En este escrito, Baudelaire negó que lo cómico sea condenable por ser privilegio de los locos. Reivindicó la existencia de un *humor absoluto* causado por lo grotesco y que, según él, era la marca, no de la superioridad del hombre sobre el hombre, sino de su superioridad sobre la naturaleza. Según Charles Baudelaire, lo grotesco es una «creación fabulosa» que domina lo cómico. Para este poeta, el placer humorístico romántico aúna la provocación con lo cómico y lo sublime. En su ensayo, también nos recuerda que si, ante el sufrimiento, el hombre puede verter lágrimas para lavar sus penas, «con la risa a veces calma a su corazón». Estos planteamientos podrían ilustrar una aproximación psicoanalítica al humor como mecanismo de defensa y también sería posible relacionarlos con el modelo del proceso de resiliencia.

Las caricaturas políticas y las ilustraciones humorísticas que abundan en los periódicos franceses y en muchos otros países occidentales muestran la persistencia de la tradición de lo grotesco, sean cuales sean las censuras del momento. Además, hay que recordar que las caricaturas también se extendieron a través de las marionetas humorísticas y en las letras de las canciones populares. En estas últimas, el repertorio satírico, que se inscribe en la tradición de los trovadores, fue una forma de expresión popular que floreció hasta mediados del siglo XX, en Francia. Más tarde, esta modalidad de humor se redujo mucho, sin por ello desaparecer por completo. En cuanto a las marionetas paródicas, siguen gustando en este siglo XXI, aunque a veces causen temor.

Hacia el humor contemporáneo

Desde finales del siglo XX, la palabra «humor», ya sea utilizada por el profano o por el especialista, por lo general ha perdido su significado restringido, y ha evolucionado para adoptar un sentido más amplio que engloba todos los fenómenos relacionados con los efectos cómicos provocadores de la risa o la sonrisa. En psicología, por ejemplo, el humor son todas las actividades cómicas que pueden causar diversión.[40] Esto puede referirse tanto a bromas y juegos de palabras, espectáculos escénicos (*sketches*, comedias), películas cómicas, series de televisión y publicidad, o bien a la sátira social y política que emplea la burla bajo distintas formas (mímica, marionetas, canciones, crónicas radiofónicas), también caricaturas, dibujos humorísticos e historietas gráficas.

En esta acepción general, el humor incluye hoy día dimensiones agresivas y hostiles, no sólo los aspectos benevolentes de la tradición filosófica y aristocrática. Esto no impide que la perspectiva psicológica actual tome en consideración las diferencias entre formas de humor con intenciones hostiles y otras formas que se consideran más adaptadas socialmente, para estudiar sus resortes y efectos.

Sin embargo, de forma global, la perspectiva dicotómica del buen y el mal uso del humor parece persistir recurrentemente en el mundo contemporáneo. Entonces, la propensión tan insistente a enaltecer un humor alegre, festivo y decente, que no se debería confundir con las formas de diversión propias de la sátira y la denigración del prójimo, ¿habría que entenderla desde una óptica moralizadora?

En los países occidentales, la tendencia a distinguir entre un humor

adaptado socialmente y un humor inadaptado parece muy anclada en la tradición judeocristiana. Esta tendencia de querer distinguir el bien y el mal entre las expresiones del humor y prohibir la risa *ad hominem* se inscribe en la tradición de la historia moral y espiritual. Y parece seguir estando muy presente en la sociedad. No obstante, esta distinción es una ilusión en la realidad del campo humorístico y de las relaciones sociales, que revela que lo que hace reír, sonreír y participa del humor incluye aspectos benevolentes, pero también aspectos agresivos y provocadores. Charles R. Gruner,[41] en su teoría del humor como juego, mostró que la denigración vinculada al llamado humor de superioridad es común y universal entre las diversiones de los seres humanos, sean cuales sean sus culturas y sociedades. Parece que lo que hace reír a todos los pueblos y se encuentra en la mayor parte de las historias divertidas, así como en las distintas formas de lo cómico, se basa sobre todo en el principio de superioridad, que es más o menos explícito en función de las modalidades de expresión del humor. Dejando de lado las expresiones de vanidad y las consideraciones moralistas, hay que reconocer que las formas de humor agresivas u ofensivas pueden proteger a los sujetos canalizando o desviando las fuentes de la angustia.

Además, hay que precisar que la ironía no es necesariamente malintencionada o denigrante, contrariamente al uso algo desviado del término respecto a su significado inicial. La ironía, por definición, implica un posicionamiento que contrasta con lo común en una situación, como, por ejemplo, cuando alguien dice «¡Qué buen día!», aunque haga frío y llueva. Esta actitud humorística se apoya a menudo en el uso de la hipérbole; dicho de otro modo, produce el efecto cómico mediante la exageración. De modo que es falso decir que *el humor es el amor y la ironía el desprecio*. Aunque haya formas mordaces y agresivas de la ironía, no todas son sistemáticamente hostiles y descalificadoras. A veces, lo que predomina es la ocurrencia ingeniosa, con una denigración ligera que queda atenuada por la finura del uso del lenguaje. Dicen que Jean Cocteau, tras haber asistido a la larga representación de *Le soulier de satin* de Paul Claudel (esta obra puede durar once horas), hizo este comentario irónico: «¡Suerte que no ha escrito la continuación!».

En su acepción contemporánea, el campo del humor es muy amplio. Sus delimitaciones fluctuantes muestran que los mecanismos de lo cómico son difíciles de definir. Además, las modalidades de la expresión humorística son diversas y pueden variar en función de los actores y de

los contextos sociopolíticos en los que aparecen.

Notas

---

21. Minois, G., *Histoire du rire et de la dérision*, Fayard, París, 2000.

22. Nilsen, A. P. y Nilsen, D. L. F., *Encyclopedia of 20th Century American Humor*, Oryx Press, Phoenix, Arizona, 2000.

23. *Philogelos* significa literalmente «aquel a quien le gusta reír» en griego.

24. Zucker, A., *Va te marrer chez les Grecs (Philogelos)*, Mille et Une Nuits, París, 2008.

25. Cita de Raymond Devos.

26. Le Goff, J., «Une enquête sur le rire», en *Annales. Histoire, sciences sociales*, vol. 52, 3, págs. 449-455, 1997.

27. Le Goff, J., «Le rire dans les règles monastiques du haut Moyen Âge», en *Un autre Moyen Âge*, col. Quarto, Gallimard, París, 1999, págs. 1357-1372.

28. Cf. «Règle de saint Basile», en *Les Règles monastiques*, págs. 357-358, citado por Le Goff, J., *Un autre Moyen Âge*, óp. cit.

29. *Evangelio según san Lucas*, capítulo VI, versículo 25.

30. Eco, U. [1980], *Le Nom de la Rose*, Livre de Poche, París, 1990.

31. Jean de Santeul, siglo XVII, literalmente: «Corregir las costumbres mediante la risa».

32. Thomas de Aquino, «La tempérance. Questions 155-170, IIa-IIae», en *Somme théologique*, tomo 2, Éditions du Cerf, París, 1970.

33. Minois, G., *Histoire du rire et de la dérision*, óp. cit.

34. Hobbes T. [1640], *De la naturaleza humana*, capítulo IX, 13.

35. Descartes R. [1649], *Traité des passions de l'âme*, col. Garnier-

Flammarion, Flammarion, París, 1990.

36. Spinoza, *Ética*, IV parte, anotación de la proposición 45.

37. Escarpit, R., *L'Humour*, óp. cit.

38. Hugo, V., «Rupture avec ce qui amoindrit», en *OEuvres complètes*, *Poésies X: La Légende des siècles*, Robert Laffont, París, 1985, págs. 243-251.

39. Baudelaire, Ch., *De l'essence du rire, et généralement du comique dans les arts plastiques*, óp. cit.

40. Martin, R. A., *The Psychology of Humor: An Integrative Approach*, óp. cit.; Martin, R. A., «Humor», en Kazdin, A. E. (ed.), *Encyclopedia of Psychology*, American Psychological Association, Washington, DC, 2000.

41. Gruner, C. R., *The Game of Humor: A Comprehensive Theory of Why We Laugh*, Transaction, New Brunswick, NJ, 1997.

3. El humor libre y sus límites

¿Es el humor un lenguaje universal?

Un sintecho esboza una sonrisa desdentada mientras sostiene un cartón en el que está escrito: «No voy a mentirles, necesito una buena cerveza...». Otro escribe: «1 euro, *yes you can!*». Y otro: «Necesito gasolina para mi Porsche». Estos mensajes están destinados a atraer la atención de los transeúntes y a incitarlos a la caridad. Damos más a un mendigo sonriente o que nos hace reír que a otro que parece triste y desesperado. En efecto, el humor permite crear una interacción positiva e inicia un intercambio social constructivo al crear un clima de complicidad entre las personas que sin él se ignorarían mutuamente.

Como decía el dibujante Georges Wolinski: «El humor es el camino más corto entre una persona y otra». Efectivamente, compartir una broma a menudo crea un vínculo entre personas que se encuentran. No obstante, no hay nada más difícil de traducir que el humor, ya que hace referencia a una cultura y depende de una lengua y de sus especificidades. Los juegos de palabras y los calambures pertenecen a una lengua y no pueden ser transcritos palabra por palabra sin perder su carácter divertido. Además, ciertas alusiones con connotaciones culturales sólo hacen reír a quienes las conocen o las reconocen en las referencias que a veces se evocan de forma implícita. Así, podemos considerar que existe una etnicidad del humor, en la medida en que algunas de sus manifestaciones son singulares y características de ciertos grupos humanos. En estos contextos culturalmente marcados, el humor no siempre une a los hombres y a veces algunas de sus especificidades pueden contribuir incluso a marcar las diferencias, llegando a excluir a ciertas personas.

Sin embargo, por el contrario, podemos observar una solidaridad transcultural entre quienes se ríen. Compartir el humor es algo que también ocurre entre los cómicos y los humoristas profesionales contemporáneos que, venidos de todas partes, superan las fronteras sociales y étnicas para construir las bases de un humor intercultural, o incluso universal (ejemplo de ello son los numerosos festivales internacionales de humor).

Además, si bien ciertas expresiones del humor sólo cobran sentido en un

contexto sociocultural determinado, otras son comunes a todas las sociedades humanas. Es el caso de las mímicas faciales y del gesto, ingrediente principal del éxito de las películas mudas de los orígenes del cine, que no requerían traducción alguna para ser entendidas por todo el mundo. Las películas de Buster Keaton o de Charlie Chaplin no necesitaron subtítulos ni explicaciones para hacer reír a todo el planeta. Más tarde, las películas de Jacques Tati —que sin ser mudas siguen basándose sobre todo en efectos de sonido— representan un humor basado en situaciones que también corresponde a un lenguaje universal.

En la misma línea, podemos mencionar producciones más recientes, como las de Rowan Atkinson con su personaje Mr. Bean, que se expresa mediante muecas. No necesita traducción para hacer reír. Pasa algo parecido con el reciente éxito de la película *The Artist*,[42] una comedia homenaje a los filmes mudos. Hay muchas producciones artísticas que demuestran la universalidad de muchas expresiones del humor y de la pantomima.

El contexto social y cultural añade diferencias específicas y sensibilidades originales que a veces explican que lo que hace reír a un grupo de personas deje a otro indiferente. Pero todos compartimos temas universales. Los más comunes son los que tratan explícita o implícitamente de las cuestiones fundamentales que nos conciernen a todos. ¿De dónde vengo? ¿Qué sentido tiene la vida? El humor es una forma de hacer más soportable la existencia a falta de respuestas absolutas a las cuestiones existenciales. Es una forma de protección frente a la conciencia de nuestra condición mortal.

A veces el humor trata sobre banalidades, pero también sobre todo aquello que puede darnos miedo y generar angustia, por ejemplo: el amor, el sexo, la miseria, la vejez y la muerte. De hecho, a menudo las historias divertidas van ligadas a historias tristes, ya que las personas recurren a sus miedos, temores y angustias para alimentar las bromas que circulan y las producciones cómicas. Esto demuestra también el estrecho vínculo que existe entre el humor y la tristeza. Como decía Boris Vian, a quien no le faltaba el humor a pesar de la enfermedad que lo invalidaba: «El humor es la educación de la desesperación».

Devos y la razón del más loco

Entre las expresiones cómicas universales, se encuentra la pantomima.

En su juventud, Raymond Devos, conocido por sus juegos poéticos de palabras y por su sutil manipulación de lo absurdo mediante el lenguaje de lo cotidiano, empezó su carrera con el arte de la mímica. Durante la Segunda Guerra Mundial, obligado a trabajar para los alemanes en el Servicio de Trabajo Obligatorio (STO), se encontró con muchas personas de diferentes países de Europa. Al no hablar la misma lengua, ¿cómo podían comunicarse sino mediante gestos? Raymond Devos explicó de qué modo usó entonces el lenguaje universal de la mímica para divertir —a pesar de las difíciles condiciones— a los compañeros de todas las nacionalidades que compartieron su suerte.

Más tarde, se convirtió en un artista cómico francófono que alcanzó la fama por su original trabajo sobre la lengua. Manipulaba brillantemente la poesía del absurdo, haciendo malabares con las palabras, el sinsentido y la burla. Raymond Devos tenía la habilidad de discernir al instante los aspectos insólitos del lenguaje cotidiano. «Si podemos encontrar menos que nada, este *nada* ya vale algo»,[43] decía en un *sketch*. Este original artista desarrolló una visión muy particular del mundo, a la vez falsamente inocente, sensible y poética. Sabía captar lo divertido en las situaciones corrientes de la vida al mostrar el absurdo a través de los juegos de palabras y recurriendo a la imaginación. «He prestado mi oído a un sordo, ¡pero esto no ha servido para que oiga mejor!». Muchos de sus *sketches* son notables, pero uno de ellos aparece como el *summum* del absurdo. Es aquel en el que trata de la cuestión altamente filosófica de un trozo de madera y del infinito: «Si rompes un trozo de madera en dos, aún hay dos trozos, uno en cada lado...» y así sucesivamente.

Cuando se le preguntaba sobre sus elecciones de temas para las bromas,[44] afirmaba: «¡Sólo se divierte a la gente con las cosas que les preocupan!». Pero también recordaba que los humoristas usan sus angustias personales declarando, como si invocara sus propios miedos: «Cuando nos reímos de algo, deja ser peligroso».

Nacido en una familia acomodada que se arruinó rápidamente, el joven Raymond Devos tuvo que terminar sus estudios precozmente, circunstancia que le hizo sufrir. Pero también supo reírse de ello: «He conseguido suspender todos mis exámenes», decía burlón. Respecto a la desgracia de su familia y de su juventud durante la guerra (tenía 18 años en 1940), contaba que pasó hambre. Sin duda, hay que entender eso, en parte, de forma metafórica, pero las privaciones y la amenaza de

la miseria seguro que formaban parte de sus preocupaciones y aparecieron en sus temas cómicos. Como otros artistas que se nutren de sus historias traumáticas, supo hacer de ello una creación artística. Durante sus *sketches*, a pequeñas pinceladas, iba destilando algo de sus preocupaciones personales que escondía detrás de la burla y lo absurdo. Para llegar mejor a la sensibilidad de todos, decía: «¡La razón del más loco siempre es la mejor!».

El humor vínculo y la afiliación social

El humor se puede concebir como un estado que corresponde a la alegría de vivir, al júbilo o a una actitud divertida para con la vida en general. Puede expresarse mediante una mirada divertida sobre uno mismo, que consiste en no tomarse en serio. Pero normalmente reímos y bromeamos en presencia de otros. Casi siempre el humor se desarrolla en un contexto interpersonal. El fenómeno del humor puede entenderse como algo que se inscribe en la relación con el otro, el grupo y la comunidad humana. Supone un poderoso factor de sociabilidad y se puede tratar a partir de sus funciones sociales de relación y de comunicación.

El humor es un vector importante en la construcción de los vínculos sociales y de la cohesión grupal. Puede dirigirse a la colectividad y crear vínculos en una comunidad humana, de forma pasajera o permanente. El uso de la burla es una forma privilegiada de intercambio en todos los grupos sociales, sean de amistad, profesionales[45] o comunitarios. Varios trabajos han demostrado la importancia del humor en el contexto de los grupos constituidos, sobre todo en los grupos en formación,[46] lo cual subraya sus funciones de pacificación de las relaciones sociales. Reír juntos y compartir el placer de la alegría permite regular las tensiones y consolidar la cohesión del grupo.

No obstante, a nivel personal, un individuo que practique el humor en un contexto social también puede tener como objetivo (implícito o explícito) seducir a los otros miembros del grupo y buscar de esta forma un modo de afiliación. El atractivo social del humor es tal que a veces responde más bien a una búsqueda afectiva, muy importante en ciertos sujetos que se ven empujados por el imperativo de seducir y de ser reconocidos socialmente o afectivamente. Mediante la seducción socioafectiva, ciertas personas buscan, conscientemente o no, una forma de ser aceptados por sus iguales en el seno de la comunidad. Así, el

humor se convierte en un instrumento de afiliación social. El sujeto en búsqueda de reconocimiento se vale de la burla y de los mecanismos de lo cómico para caer en gracia a los otros o buscar su aprobación. Puede bromear, contar chistes o jugar con el registro de la autoparodia para que se rían de él.

Desde el punto de vista relacional, el humor se puede entender como un comportamiento lúdico e intencional por parte de una persona que tiene como objetivo divertir e influir en otras personas, ya se trate de individuos o grupos. Los objetivos pueden ser caer en gracia a los que escuchan, seducirlos, mostrarse atractivo, pero también a veces manipularlos. En los niños y los sujetos jóvenes, hacer reír a las personas de su entorno (padres, educadores) permite a veces evitar un castigo o atenuar una sanción desviando la agresividad.

A veces, las actitudes humorísticas pueden contribuir a la cohesión de un grupo al excluir a otras personas, es decir, mediante el fenómeno del chivo expiatorio. Los que ríen se solidarizan en torno a un mismo objeto de burla (personas, comunidades, etcétera) que los une a sus expensas. Este fenómeno es observable en comunidades ideológicas de todo tipo.

Los enfoques psicosociológicos nos dan las claves para entender los aspectos contextuales e interindividuales que interaccionan en el humor, las especificidades ligadas a la cultura o incluso a los géneros. Éstas contribuyen al análisis de los diferentes estilos de humor y subrayan su papel en la comunicación, la construcción de vínculos sociales y la cohesión grupal, o incluso las diferencias entre hombres y mujeres. Varios estudios han demostrado que la sensibilidad al humor y su atractivo social muestran diferencias entre hombres y mujeres. Además, algunas bromas o formas de humor son consideradas como chocantes o difícilmente aceptables si provienen de mujeres (como la escatología o el humor negro), haciendo referencia a criterios sociales que a menudo permanecen implícitos.

Por otro lado, tener sentido del humor también significa entender o apreciar el humor de un tercero. Nos ponemos entonces en la posición del público, pero también de cómplice de la broma o de la ocurrencia del humorista, cuando, en estos casos, podemos ser nosotros mismos los protagonistas de la broma, esta vez adoptando la posición de emisores del humor. De todas formas, el humorista ocasional y también el profesional necesitan que su *performance* sea apreciada para que su

humor exista. Necesita el reconocimiento y el sentido del humor de un público. Si lo cómico existe, es porque la gente entra en el juego, tiene ganas de reírse. El humor requiere la complicidad de un tercero que pueda validar mediante la risa o la sonrisa el efecto humorístico. El emisor debe obtener una respuesta, una confirmación por parte del público que no es un simple receptor, ya que se convierte en cómplice y actor al participar en el proceso del humor. Podemos decir que el humor nace de una transacción interactiva entre dos polos que se exaltan mutuamente.

El humor requiere, pues, la complicidad del otro; un compinche, que pueda validar el efecto humorístico esperado. No obstante, a veces surge en ausencia de un interlocutor identificado en el mundo real. El humor parece apoyarse entonces en el mero placer de hacer un juego de palabras y revela aparentemente un placer solitario que puede parecer autotélico. Pero, si se observa más detenidamente, podemos ver que el humor siempre incluye una relación con un tercero, aunque esté ausente. Se dirige a alguien interior, mediante la fantasía de lo imaginario. De hecho, el humor siempre necesita el vínculo con el otro, ya sea un destinatario interior o un interlocutor imaginario. Puede tratarse de un pariente, un ancestro, un sujeto que vive en nosotros, a veces un doble proyectado en la realidad interna. Pero el humor también se dirige siempre, y quizás en primer lugar, al niño que todos llevamos dentro.

Deseabilidad social y del humor en función del sexo

De forma general, en la cultura occidental contemporánea, el sentido del humor corresponde a una característica de la personalidad asociada a una variedad de consecuencias supuestamente agradables. El humor en un individuo es visto como una de las cualidades principales del atractivo social. La mayor parte de las personas quisieran tener sentido del humor y dicen preferir a las personas que lo tienen como amigos o para sus relaciones sociales o amorosas. Distintas teorías se han propuesto explicar de qué modo el humor puede influir de forma positiva en el bienestar y algunos dicen que mejora la salud física, mental[47] y social, o incluso que alarga la vida. Algunos estudios han demostrado que el humor participa en el refuerzo de las competencias para la resistencia frente al estrés en los niños[48] y en los adultos.

Esta habilidad se desarrolla durante las interacciones relacionales y

psicoafectivas con el entorno familiar y social. El humor se despliega y puede mejorar con el tiempo, puede madurar con la edad.[49] Favorece la construcción de una representación positiva de uno mismo. En contextos dañinos, contribuye a mejorar las capacidades de adaptación, por ejemplo, al facilitar las interacciones sociales. Las personas que recurren a menudo a intercambios humorísticos tienen fama de ser también creativas y empáticas. Ciertos estudios indican que los individuos que tienen un gran sentido del humor son considerados socialmente más competentes por otros.[50] De todos modos, esto no significa que lo sean objetivamente, sino que los demás los consideran subjetivamente poseedores de mejores aptitudes sociales.

El humor se considera, pues, un atributo de personalidad altamente valorado en el mundo social. Facilita los intercambios interpersonales al permitir, por ejemplo, expresar las quejas o las insatisfacciones de un modo socialmente aceptable. Sean hombres o mujeres, las personas que tienen sentido del humor presentan globalmente una mayor deseabilidad social que las personas serias. No obstante, si bien las personas divertidas son más apreciadas que las personas serias en el marco de las relaciones sociales, no pasa lo mismo con el atractivo sexual. Los estudios de Geoffrey Miller[51] demuestran diferencias según el género en el impacto del humor en las elecciones amorosas. El humor en los hombres es una característica importante para las mujeres en su elección de compañero amoroso o sexual, pero no pasa lo mismo con los hombres. Mientras que a las mujeres les gustan los hombres que las hacen reír, ellos no se sienten atraídos de forma preferente por mujeres divertidas, sino por las que son sensibles a su humor. Otras investigaciones[52] apuntan en la misma dirección. Estos estudios también han mostrado que las mujeres se sienten atraídas por hombres productores de humor, pero que no pasa lo mismo recíprocamente. Las mujeres que crean humor no son elegidas como compañeras sexuales por los hombres, aunque sean apreciadas en el marco de las relaciones sociales o de amistad. Los hombres tienen de buen grado amigas divertidas, pero este factor no es predominante en sus elecciones amorosas. De forma más general, las mujeres pueden ser atractivas socialmente porque tienen sentido del humor (definido como una receptividad al humor de los otros) y no porque produzcan ellas mismas humor.

Los estudios también demuestran una diferencia respecto a la

producción del humor según el sexo. Los hombres lo producen con más frecuencia que las mujeres. Hacen uso muy habitualmente del humor en las relaciones de seducción hacia el otro sexo. Tienen tendencia a suscitarlo más particularmente en los grupos mixtos y practican la autoparodia, que es la forma de humor más atrayente para las mujeres. Geoffrey Miller formula la hipótesis de que la selección natural, a lo largo de los siglos, podría haber influido en el desarrollo del humor en los hombres en el marco de la búsqueda de una compañera sexual. Según esta hipótesis, debido a su atractivo para el otro sexo, los hombres tenderían a desarrollar esta característica más que las mujeres.

Algunos investigadores[53] han estudiado los vínculos entre las características de la personalidad y del humor. Las personas, hombres y mujeres, que participaron en el estudio fueron invitados a asociar el humor a otras características de la personalidad. Los resultados de este estudio muestran que las personas que practican el humor a menudo son consideradas menos honestas, menos dignas de confianza y menos inteligentes que las otras. Este último punto cuestiona otras hipótesis que vinculan el humor con una inteligencia elevada.[54] Podemos ver que, según este estudio, parece que las mujeres se sienten atraídas sexualmente por los hombres divertidos que las entretienen, a pesar de considerarlos menos honestos y, a veces, menos inteligentes que los hombres más serios.

La frontera entre lo que se considera cómico o no puede depender también del sexo del que practica el humor. La sociedad no tiene las mismas exigencias sociales para con hombres y mujeres por lo que respecta a las expresiones de diversión. Podemos ver que hay cierto sexismo respecto al humor de las mujeres. Los límites de las formas de expresión de lo cómico parecen ser más amplios para los hombres. La obscenidad, la escatología, pero también ciertas formas del humor negro, son menos aceptados cuando vienen de una mujer que cuando lo hacen de un hombre. En efecto, ciertos individuos (sobre todo hombres, pero no sólo) no aprecian estas formas de humor en las mujeres. Algunos llevan esta reticencia hasta el punto de negar a las mujeres la posibilidad de jugar con el humor y no aceptan que una mujer pueda hacer reír.

En consecuencia, algunas mujeres humoristas no son vistas como divertidas y, a veces, son consideradas vulgares por parte de personas

que no admiten que una mujer pueda practicar el humor en todas sus formas. Esto puede explicar que encontremos menos frecuentemente a personas famosas entre las humoristas mujeres en comparación con los humoristas hombres. De forma general, en los intercambios cotidianos, podemos ver que la práctica de la autoparodia, tan atractiva en los hombres, lo es mucho menos en las mujeres. Existe una desigualdad de género en el humor. No obstante, no faltan entre los humoristas mujeres divertidas y con talento.

Los límites de lo «políticamente correcto»

Igual que Luis XIV puso fin a los bufones, hoy en día las sociedades contemporáneas ponen límite a las expresiones de lo cómico. Las sociedades humanas trazan fronteras a menudo cambiantes frente a los dominios del humor que —en función de las culturas y los países— debe obedecer a las normas cambiantes de lo «políticamente correcto». A veces al humor le resulta difícil integrarse en el perímetro de la mundialización. Pero, incluso en las sociedades democráticas, los humoristas o caricaturistas pueden chocar con los límites de una sociedad que no acepta, o ya no admite, ciertas impertinencias. Algunos humoristas franceses contemporáneos han sido blanco de una censura directa o disimulada. Guy Bedos quedó excluido de la televisión en algunos períodos de su recorrido artístico, y Stéphane Guillon fue despedido tras unas crónicas radiofónicas que fueron consideradas demasiado insolentes. De igual modo, otros humoristas han sido procesados por *sketches* juzgados como irreverentes.

Un colectivo ha escrito una obra sobre la risa como instrumento de subversión[55] que defiende el uso del humor como arma política de desobediencia de, por ejemplo, los «activistas no violentos». Esta obra milita en favor de la desobediencia mediante el humor poniendo de manifiesto los beneficios del uso de la risa para recuperar el placer a través de diferentes formas de transgresión humorística y, de este modo, reconquistar espacios de libertad y de empatía en el mundo social. Es una iniciativa que parece muy simpática y constructiva. No obstante, hay que reconocer que esta misma arma puede estar al servicio de militantes con intenciones muy diversas y no sólo para un uso empático y altruista.

Aunque podemos afirmar que la libertad de expresión es un valor de las democracias avanzadas y que el humor es una de sus formas, no es

menos cierto que hay risas verdaderamente nocivas. En efecto, el humor mal empleado puede ser fuente de malentendidos y de errores, pero también de denigraciones voluntariamente odiosas. Entonces se convierte en un instrumento dañino, de desocialización, en un arma de destrucción y de conflicto, y deja de ser un vector de afiliación y de cohesión. El humor puede ser usado con intenciones realmente racistas o sexistas para promover el odio. A menudo, las fronteras de lo que puede herir a una persona, comunidad social o grupo étnico son difíciles de discernir.

Además, en ciertas personas, incluso sin una psicopatología comprobada o un síndrome autista, la ausencia de humor, hasta su rechazo, puede corresponder a un posicionamiento cultural, ideológico o religioso. Recordemos que ya entre los antiguos griegos había corrientes de pensamiento filosófico que defendían lo serio y rechazaban la risa. Según los estoicos, las personas no debían dejarse llevar por la risa, muestra de vulgaridad y tontería, que las alejaban del ideal de la *ataraxia*, o sea del apaciguamiento que únicamente puede conseguirse mediante la ausencia de trastornos y pasiones del alma. Desde este punto de vista, todo lo que puede ser objeto de risa debía ser evitado, ya que se corría el riesgo de mostrar o despertar las malas pasiones. Por lo tanto, para alguien que busque la paz y la tranquilidad del alma, el humor, las bromas y los juegos de palabras pueden ser considerados comportamientos chocantes o sulfurosos, incluso envilecedores. No obstante, por supuesto, también hay excepciones culturales notables. Por ejemplo, algunos sacerdotes budistas[56] defienden la risa y la alegría como una posible vía de acceso al nirvana, o dicho de otro modo, como algo que facilita alcanzar ese estado de beatitud o de paz interior. En los monjes tibetanos, en la línea del último Dalai Lama, la alegría y el humor empático (por supuesto) también son garantía de felicidad.

Hoy en día, entre los detractores de la hilaridad, la desconfianza hacia el humor puede afectar a todas las formas de expresión o solamente a ciertos ámbitos específicos. Por ejemplo, hay personas que no aceptan burlas sobre aspectos de una religión o ideología, o contra ciertas personas o grupos étnicos. No obstante, pueden reír y bromear en muchos otros ámbitos, a condición de que las bromas respeten los límites de los temas que ellos consideran como tabú. Desde este punto de vista, podemos señalar que las orientaciones políticas parecen introducir líneas de demarcación entre los temas de risa autorizados y

los que están prohibidos. Es posible reconocer ámbitos en los que la burla es *políticamente correcta* y las diferencias en función de las grandes orientaciones políticas de derechas o de izquierdas. Investigadores como Don Nilsen y Alleen Nilsen[57] estudiaron estas diferencias. Establecieron que, de acuerdo con los valores de la derecha, son poco apreciadas las bromas sobre el sexo, la religión, las partes del cuerpo, o incluso las obscenidades o vulgaridades. Mientras que para los partidarios de las izquierdas, no es bueno bromear sobre mujeres, gais, minorías étnicas o incluso reírse de personas mayores o de personas con discapacidad. Tenemos pues un humor de derechas y otro de izquierdas.

Alain Vaillant[58] afirma: «No existe una risa mala. En la risa, la transgresión es estructural. Incluso Devos actuaba en la transgresión, la del sentido común. La risa debe ser transgresora». En efecto, podemos considerar que la esencia misma de lo cómico es precisamente jugar con la transgresión y la provocación. No obstante, las formas del humor transgresor chocan a veces con los marcos establecidos y con la censura social de lo *políticamente correcto,* que determina lo que es considerado aceptable o no. Pero lo que se considera correcto o no cambia en función de los contextos socioambientales, políticos y culturales que pueden variar con el tiempo. Todo ello sabiendo que desde siempre la censura, incluso la autocensura, ha actuado en los ámbitos de lo cómico. Ciertos humoristas se esfuerzan en permanecer dentro de los límites de un humor decente y de consenso, mientras que otros practican la irreverencia y la provocación. De hecho, a menudo, las bromas juegan con los límites de la permisividad social y desbordan los ámbitos considerados sensibles y susceptibles de perjudicar o descalificar a las personas vulnerables o a comunidades concretas. Algunos humoristas franceses, en la línea de Pierre Desproges y de Jean-Marc Reiser, como Élie Semoun o Stéphane Guillon, basan su especificidad en la agresividad de la expresión del humor que trata temas subversivos o considerados tabú, relacionados con minorías étnicas, personas enfermas o discapacitadas. Que nadie se equivoque: para ellos se trata de denunciar el racismo y el ostracismo, y no de burlarse de las personas vulnerables. No obstante, la lectura que se hace de todo ello es a veces confusa.

Por otra parte, el humor de denigración puede tener consecuencias negativas cuando crea o alimenta estereotipos negativos sobre personas o comunidades concretas, al reforzar a veces el racismo o la xenofobia.

En efecto, la fuerza del humor en la sociedad es tal que puede hacer tolerable la expresión de las discriminaciones. El humor puede banalizar formas de hostilidad y favorecer el ostracismo al normalizar comportamientos cuya agresividad queda atenuada o escondida por el humor. A través del canal humorístico, la malevolencia sexista o racista pueden parecer inofensivas por ser divertidas. Así, esta banalización puede estimular las expresiones hostiles y humillantes, y los prejuicios hacia personas o grupos sociales. Es el caso, por ejemplo, de las bromas sobre la orientación sexual o religiosa de los individuos, o también de las que tienen como objetivo a personas discapacitadas. A veces es difícil poner los límites que no hay que sobrepasar entre el humor y la crueldad. Algunos consideran que no debería haber límites a las expresiones de lo cómico, mientras que para otros estos límites se sitúan ahí donde se empieza a herir. Es muy difícil poner puertas al campo. Como decía Pierre Desproges: «Se puede reír de todo, pero no con todo el mundo».

A propósito del humor hacia personas con discapacidad, Denis Poizat[59] revela una paradoja de nuestra sociedad subrayando: «Normalmente, la moral reprueba la risa del fuerte a expensas del débil. No obstante, celebra la valentía del débil que se ríe de su condición». Desde este punto de vista, podemos ver que personas con discapacidad se valen de buen grado del humor para reír y hacer reír de su condición de vida o de su discapacidad. Igual que las personas heridas psíquicamente, las personas que han sufrido en sus propias carnes saben apreciar el humor y se burlan de ellos mismos. Algunos se convierten en humoristas profesionales que hacen reír poniendo en juego su diferencia. Guillaume Bats, un joven humorista francés contemporáneo que padece de osteogénesis imperfecta, no duda en hacer reír al público con su curioso aspecto. Esta enfermedad, también llamada la enfermedad de los huesos de cristal, en él se traduce en que es muy pequeño y padece malformaciones físicas importantes. En sus *sketches*, se divierte maliciosamente mostrando su discapacidad, su físico y sus deformidades, de las que se burla. Pero también se burla de la incomodidad que a veces genera en los espectadores. El tono de este reírse de sí mismo provocativo lo da el título de uno de sus espectáculos: *¡Todos retorcidos!*

El aspecto humorístico no sólo depende de nuestra mirada y del lugar que ocupamos, sino también del contexto político y social en el que se

inscribe. Por este motivo, nos parece divertida e ingeniosa una broma, aunque sea bastante malintencionada, que denigra a un personaje que no apreciamos o que despreciamos. Pero la broma es considerada cómica a condición de ir dirigida a quienes comparten este desprecio u odio. Compartir esta burla en común también puede tener un valor social, reforzar la adhesión al grupo y afirmar una afiliación a una comunidad. Si se trata de un tirano o de un dictador, el humor se considera parte de una transgresión saludable que contribuye a la cohesión social de quienes denuncian a ese triste personaje. No obstante, hay que reconocer que el entorno afectivo de la persona en cuestión, los que lo aman y estiman (pues sí: los dictadores también tienen derecho al afecto) considerará la broma como una burla agresiva e indigna.

Lo mismo ocurre con las bromas y caricaturas de los personajes políticos en los países democráticos. La sátira y las bromas hechas a expensas del bando contrario siempre nos parecen más divertidas que las que afectan a algo que apreciamos o que apoyamos. No obstante, hay que precisar que se admite mejor socialmente, y a veces se considera más natural, burlarse de la función de alguien que del ser humano que la ejerce. Por ejemplo, éste es el caso de las muchas bromas que circulan sobre los políticos. Pueden hacer reír (hasta cierto punto) incluso a las personas que los apoyan y comparten sus valores. Ya que, incluso cuando la persona es objeto de bromas y caricaturas, todo sabemos implícitamente que el verdadero objetivo de la burla transgresiva es la función y no la persona.

En este comienzo del siglo XXI, a veces desafiando a los censores, las formas de diversión satírica persisten ampliamente en todas las sociedades. Las encontramos, por ejemplo, en las historias divertidas en el ámbito del humor negro, en los *sketches* de ciertos humoristas o en los programas de televisión, películas paródicas o incluso en las caricaturas de los dibujos humorísticos. Sean cuales sean sus vectores, podemos señalar que la práctica del humor incluye a menudo el recurso a cierta dosis de agresividad. Ésta puede ser más o menos importante según las personas o las situaciones. Además, ¿qué decir de la denigración en el marco de la telerrealidad que los espectadores ven en gran medida para burlarse de los desaciertos, tonterías y de la ignorancia de sus protagonistas? Por no hablar de los programas que se ríen de las desgracias y humillaciones públicas de las personas que se prestan a estos juegos sociales con un masoquismo desconcertante.

A principios del siglo XX, Henri Bergson[60] señaló que la risa implica un distanciamiento de los afectos y de la sensibilidad. Defendía que: «Lo cómico exige [...], para producir su efecto, algo así como una anestesia temporal del corazón». Más adelante, describiendo este fenómeno, precisó: «En él participa la intención no reconocida de humillar». Según él, lo cómico se dirige a la inteligencia pura, pero no tiene nada de altruista o de necesariamente empático. La burla, que puede ser humillante, busca la connivencia con los otros que ríen, ya sean imaginarios o reales. Además, también subrayó como la risa, sean cuales sean sus manifestaciones, participa en la regulación social. Para este autor, el efecto cómico es resultado «de lo mecánico aplastando lo vivo», dicho de otro modo, la risa nace de la extraña alianza entre elementos de rigidez mecánica superpuestos a la movilidad de la vida. La sustitución de lo natural por lo artificial se manifiesta mediante las rigideces, los automatismos y las incongruencias inesperadas que, para Henri Bergson, son los resortes de lo cómico. Cuando un orador muy serio estornuda en medio de su discurso, pierde su altivez y se convierte involuntariamente en objeto de risa. Lo cómico puede surgir de mostrar restos de la naturaleza fisiológica del ser humano, que hace que la persona se parezca a un animal o que en lo humano revelan el objeto. Desde este punto de vista, muchas conductas humanas cotidianas pueden parecer ridículas o risibles. Podemos observar esto concretamente en los comportamientos y las producciones sociales ritualizadas que esconden a menudo involuntariamente elementos cómicos en sus ceremonias. La más mínima desviación puede mostrar la comicidad latente detrás de la solemnidad aparente de nuestros rituales sociales. Las relaciones sociales revelan los automatismos y las actuaciones de los actores, cuyo aspecto risible es perceptible para el que tenga un ojo entrenado. Estos juegos sociales, cuya solemnidad a veces raya lo ridículo, representan además una fuente fecunda de inspiración para los cómicos profesionales.

Por otra parte, desde el punto de vista de los efectos sobre el propio sujeto, podemos distinguir dos tipos de humor, uno con consecuencias positivas y constructivas, y otro con efectos negativos y destructivos.[61] Estas dos modalidades corresponden a los dos polos opuestos de los comportamientos relacionales y psicoafectivos. El humor constructivo actúa como un impulso vital y refuerza los vínculos con los otros, mientras que el humor destructivo conduce a la exclusión (o autoexclusión) deshaciendo los vínculos relacionales. Efectivamente,

ciertas formas de humor son negativas para el propio individuo o para su entorno. Por ejemplo, esto es lo que ocurre cuando la autoparodia se convierte en autohumillación y el sujeto se desprecia hasta el punto de que el aspecto humorístico ya no tiene su papel protector y, por el contrario, refuerza su vulnerabilidad. También ocurre algo parecido cuando la burla hacia el otro se convierte en hostilidad y sobrepasa las posibilidades de aceptación del contexto relacional o social en el que el que se inscribe el que ríe. En este último caso, las actitudes basadas, por ejemplo, en el sarcasmo y la mofa a ultranza pueden conducir al rechazo del que se ríe por parte de la comunidad. El humor agresivo, mal adaptado o inadecuado, puede convertirse en un arma de destrucción de los vínculos sociales que conduce a la exclusión relacional del sujeto. Cuando esto ocurre, el humor tiene efectivamente efectos negativos y no participa de la protección del sujeto, pudiendo incluso contribuir a entorpecer un proceso de reconstrucción.

El humor en los personajes negativos: Lacenaire y otros...

El humor no se limita a lo cómico como acto de distracción o como modo de comunicación agradable o cáustico, sino que se muestra mediante diversas modalidades y componentes. Sin duda, el humor es una forma de interacción comunicacional entre personas, que normalmente se manifiesta bajo una forma lúdica y agradable. No obstante, también puede implicar dimensiones complejas, sobre todo cuando toma el camino de la burla, la sátira o el sarcasmo, y tiene como finalidad reír a expensas de alguien, corriendo el riesgo de descalificarlo o herirlo. Además, si bien el humor se asocia a menudo con la simpatía, incluso la empatía,[62] la realidad muestra que las personas abominables también pueden tener sentido del humor como, por ejemplo, dictadores o criminales. Y sí, algunos de ellos tienen sentido del humor, aunque no compartan nuestros mismos valores.

Tal es el caso de Pierre-François Lacenaire. Este hijo de un burgués de Lyon era un estafador y un criminal (mató a varias personas) del siglo XIX que debe su notoriedad a su sentido del humor. Hombre cultivado, excéntrico y provocador, destacó durante su juicio por su personalidad singular y su sentido de la réplica. Consiguió divertir a la prensa de la época que informó de los hechos y convirtió su juicio en un verdadero espectáculo mediático. Una especie de telerrealidad precoz. Acusado de estafa y de asesinato, durante el juicio se convirtió en su propio fiscal.

Llevó la ironía hasta el punto de confesar otros crímenes desconocidos que no se le imputaban y exigió con vehemencia la pena de muerte para sí mismo. Divertidos y desconcertados por su actuación, los jueces lo condenaron de todas formas a la guillotina. Mantuvo una actitud humorística hasta el fin y, según parece, cuando lo conducían a la guillotina dijo a propósito de su ejecución: «¡Esta semana sí que empieza mal!». Se le consagraron varios libros y películas. En su libro sobre el chiste, el propio Sigmund Freud comentó (sin citarlo directamente) esta última ocurrencia atribuida a Lacenaire.

Entre los personajes de ficción, el humor en criaturas negativas tampoco está ausente. Por ejemplo, en las aventuras de Batman (superhéroe creado por Bob Kane), su enemigo Joker es un personaje maléfico que recurre a la burla y el sarcasmo, y muestra una gran imaginación y humor para hacer el mal. Al contrario que el propio Batman, que se muestra como un héroe justiciero muy serio. Así, el mal puede ser representado con humor. Joker, como su nombre indica (en inglés *to joke* significa «bromear»), es extravagante, bromista y risueño. Se divierte a expensas de Batman, siempre serio y austero. Joker ha sido representado en las películas, especialmente por el cineasta Tim Burton, como un ser maléfico que tiene la sonrisa eternamente pintada en su rostro. Esta risa sardónica se inspiró en la cicatriz de *El Hombre que ríe* de Victor Hugo. El pacto en un personaje de la risa y el mal recuerda, además, a las alegorías de los demonios y otros sátiros, a menudo representados riendo: la risa satánica. Pero, se preguntará el lector, ¿esto sigue siendo humor?

En la misma línea se sitúa, sin duda, el personaje enigmático de Harpo, uno de los hermanos Marx, que en el cine tenía el papel de un mudo con una sonrisa perpetua. Esta expresión es difícil de definir, igual que el mismo personaje, que nunca sabemos si es bueno o malo. Parece encarnar tan pronto la tontería y la necedad como de repente a un dócil soñador que toca hábilmente el harpa. Pero también puede mostrarse como un personaje astuto. A lo largo de la filmografía de los hermanos Marx, la sonrisa enigmática del mudo Harpo es la de un personaje perturbado, si no totalmente perverso, al menos algo canalla, que parece disfrutar manipulando a los demás y burlándose de ellos, con su sonrisa que parece el acompañamiento de un humor cruel. En todo caso, este personaje hace reír mucho a los espectadores.

Los sinhumor y otros agelastas

Desde el punto de vista relacional, a excepción de las risas sardónicas o también las risas inadecuadas que pueden causar miedo o molestia, normalmente el que ríe tiende a favorecer y estimular los sentimientos positivos de los otros. El humor alegre es, en general, atractivo socialmente y a menudo se considera símbolo de buena salud. En cambio, nos sorprendemos cuando un adulto se muestra siempre serio, del mismo modo que nos inquietamos cuando un niño no ríe, y eso que normalmente los niños ríen mucho más que los adultos.

«Un amigo sin humor es como un champán sin burbujas». Tras esta ocurrencia sacada de una cita de origen desconocido, se esconde algo más serio: la existencia de personas que no tienen humor y que rechazan la risa y a los que ríen. François Rabelais inventó el neologismo «agelasta» para nombrar a estas personas. Esta palabra (formada por un *a-* privativo y la raíz griega *gelos*, «reír») designa a las personas que nunca se ríen, que no tienen sentido del humor, como diríamos hoy en día. De hecho, ciertos individuos muestran aversión hacia todas las formas de humor y las rechazan, mientras que otros parecen privados de la cualidad de captar los aspectos cómicos o divertidos de frases y situaciones, y muestran una incomprensión de la dimensión humorística.

En la vida diaria, nos encontramos con personas que no soportan el humor sea cual sea su forma o su contexto. Se presentan como individuos austeros, graves y serios en cualquier circunstancia. La austeridad de estos individuos puede ser algo sorprendente, pero existe y puede explicarse de varias formas. En cuanto a las razones que pueden estar vinculadas a un posicionamiento social o a particularidades individuales, el humor puede no ser apreciado, e incluso a veces ni siquiera entendido, por ciertas personas.

Esta ausencia del humor puede explicarse por la educación, la pertenencia cultural o incluso por el carácter funcional de la persona. Esta insensibilidad a los aspectos cómicos puede instalarse de forma más o menos permanente en ciertos individuos, mientras que en otros, la ausencia de sentido del humor es solamente transitoria y está vinculada a una etapa de la vida o a circunstancias coyunturales. Por ejemplo, cuando la gravedad corresponde a un estado reactivo, posterior a un acontecimiento doloroso de la vida. Véase, cuando un individuo en duelo por una pérdida no aprecia que se hagan bromas, ya que esto

despierta su dolor por la pérdida de un ser querido. Normalmente, esta insensibilidad a las bromas es pasajera y transitoria, y dura mientras el duelo hace su trabajo. De forma más excepcional, por ejemplo, en formas de duelo patológicas, la ausencia de alegría y el rechazo del humor pueden quedar inscritos como marcadores perennes en el funcionamiento psicológico del sujeto.

No obstante, ciertas personas parecen no tener nunca sentido del humor, ya sea simplemente porque no sienten placer alguno con los juegos de palabras, o porque no soportan la burla de los demás o la suya propia. En ciertos casos, el miedo a ser ridiculizado y a convertirse en objeto de burla de los otros se convierte en una verdadera traba para la vida social que puede indicar gelotofobia y estar acompañado de síntomas paranoides.

La aptitud para practicar el humor y para reírse de uno mismo no es algo compartido por todos. Sigmund Freud, en sus escritos sobre el chiste, deploraba que no todas las personas fueran sensibles al humor. Efectivamente, no es que ciertas personas no sean capaces de desarrollar una actitud humorística, «ese don raro y precioso», sino que muchos carecen de la facultad de gozar del placer humorístico procurado por las bromas de los demás. Así que existen personas rígidas, sombrías, austeras, que no aprecian ninguna forma de humor, ni siquiera los chistes intelectuales. Forman parte del grupo de los agelastas, a quienes tanto temía François Rabelais.

La princesa que nunca se había reído

«Había una vez un rey que tenía una hija que nunca se había reído». Así empiezan ciertos cuentos. Muchas leyendas y fábulas relatan historias en las que la ausencia de risa se presenta como una enfermedad grave de difícil cura. Muchas historias hacen referencia a una chica muy triste que nunca ríe, según el tema recurrente de *la hija del rey que nunca se había reído*. En *El ganso de oro*, uno de los cuentos de los hermanos Grimm,[63] encontramos la leyenda de un héroe que consigue hacer salir a la chica de su melancolía y que al fin se ría. Este cuento narra la historia de un joven aventurero que recorre el mundo hasta que «Caminando y caminando, un día llegó a una ciudad cuyo rey tenía una hija tan seria que aún no había reído en toda su vida. Entonces el rey anunció que daría la mano de su hija al que consiguiera hacerla reír».

En estos cuentos fantásticos, se describe a la chica sufriendo, encerrada en la melancolía y, a veces, en el mutismo más absoluto. Esta actitud puede entenderse como una metáfora del rechazo de la sexualidad, ya que ausencia de risa y abstinencia sexual están íntimamente ligadas. Además, como en todos los cuentos y leyendas, el rey promete la mano de su hija a quien consiga hacerla reír y la saque de este modo de la asexualidad. No reír simboliza la no aceptación de los placeres de la vida y del mundo de la sexualidad.

El héroe, siempre venido de fuera, es, por lo general, un pretendiente cuya misión es que la joven salga de su tristeza, se abra psíquicamente a la risa y que acepte simbólicamente la sexualidad. Pero lo simbólico da paso rápidamente a lo concreto, puesto que el padre entrega la mano de la joven a aquel que consiga hacerla sonreír. Claude Lévi-Strauss[64] en *Lo crudo y lo cocido* alude a este vínculo entre el goce de la risa y la sexualidad. Según Lévi-Strauss, la risa femenina representa la «apertura lúdica del cuerpo», un signo de acceso y aceptación de la sexualidad. El etnólogo asegura: «La risa es apertura, causa de apertura, cuando la misma apertura se muestra como una variante combinatoria de la risa». Desde este punto de vista, la aceptación de la risa por parte de las hijas púberes de los cuentos puede ser vista como la apertura a la vida y al mundo sexuado de los adultos. Durante este pasaje a la vida adulta, el humor figura como el vector de un impulso vital.

Otros cuentos relatan la historia de un niño (niño o niña, casi siempre príncipes) que nunca se reía y a quien un héroe consegue hacer reír, esta vez con la contrapartida de no ser ejecutado o de obtener bienes, oro o plata. Puede tratarse de niños jóvenes prepúberes. Estos niños tristes que nunca ríen hacen pensar en las personas depresivas o melancólicas cuyo impulso vital parece atrofiado. Pero «¿a dónde van todos estos niños que no ríen?»,[65] se preguntaba Victor Hugo. En estos niños cerrados a los otros, sumidos en su tristeza, a menudo átonos, la ausencia de risa asociada a dificultades relacionales también podría representar una metáfora del autismo, a menos de que se trate de un trastorno de la expresión de las emociones que recuerda a los síntomas de la alexitimia.

Las personas privadas de humor

Por lo tanto, hablar de humor nos conduce a interesarnos también por las personas que no lo tienen. Ya que, aunque el humor parezca algo universal, también podemos preguntarnos por los individuos que no

tienen la capacidad de entenderlo o de practicarlo, sea temporal o permanentemente. Las observaciones clínicas muestran que ciertas personas no son sensibles al humor debido a una psicopatología, por ejemplo, ciertos pacientes depresivos crónicos o bien personas que han desarrollado una alexitimia (dificultad para verbalizar y reconocer sus emociones).

Otros individuos tienen dificultades para apreciar el humor porque padecen ciertas formas de autismo, sobre todo el autismo llamado «de alto nivel» o síndrome de Asperger. Generalmente, estas personas se caracterizan por cierta actitud grave y una muy débil propensión a la risa. Entre los autistas de alto nivel, que además se caracterizan por tener capacidades cognitivas a menudo muy elevadas, muchos tienen dificultades para entender el humor o algunas de sus formas. Casi siempre, estas personas no se divierten con las bromas o los juegos de palabras irónicos. Suelen tomarse las expresiones irónicas al pie de la letra, es decir, que lo entienden todo literalmente y tienen dificultades para captar lo risible o placentero del doble sentido.

Hay un chiste que resume bastante bien las formas de comprensión del mundo de las personas autistas: «Un revisor le pide a un autista si puede ver su billete de tren. El autista responde: “No, no puede usted verlo, está en mi bolsillo”».

Temple Grandin, profesora en la Universidad de Colorado, que se presenta a sí misma como una autista de alto nivel, recuerda en su autobiografía[66] sus dificultades con las actitudes humorísticas. Como la mayoría de los autistas, tiene grandes dificultades para captar las alusiones, el sentido de una broma, los aspectos cómicos de una situación y las actitudes irónicas. Su funcionamiento cognitivo hace que tienda a tomarse todo al pie de la letra, cosa que vacía de sentido los efectos cómicos. Si a veces ríe se trata más bien una risa de satisfacción, no vinculada al placer de captar la comicidad de una situación o apreciar los juegos de palabras.

En psicología de la salud, la alexitimia es considerada generalmente como un disfuncionamiento de la regulación de las emociones. Este neologismo, creado en 1972 por el psiquiatra y psicoanalista americano de origen griego Peter Emanuel Sifneos, significa literalmente: «privado de palabras para el humor» (del griego *a-*, prefijo privativo; *lexis*, «palabra»; y *thymos*, «humor»). La alexitimia se puede definir como la

«incapacidad de asociar imágenes visuales, fantasías o pensamientos con un estado emocional específico».[67] Desde el punto de vista clínico, corresponde a la observación en un individuo de una ausencia de verbalización sobre sus emociones o, al menos, a una dificultad más o menos importante para describir las emociones y expresar los sentimientos. A menudo se descubre en los pacientes que presentan síntomas psicosomáticos.

Según Jean-Louis Pidinelli,[68] la alexitimia parece estar estrechamente vinculada a un déficit de la razón imaginativa y a una escasa capacidad para la fantasía. Las manifestaciones de alexitimia llamadas nucleares son cuatro: incapacidad de identificar y expresar verbalmente las emociones y sentimientos propios; limitación de la vida imaginaria (pensamiento pragmático); tendencia a la acción para evitar y resolver conflictos; modos de expresión descriptivos y detallados de los hechos, los acontecimientos y los síntomas físicos (sin elaboración).

Los alexitímicos graves se muestran como personas sin tonalidad afectiva. Parecen ser indiferentes a todo y no expresan ninguna alegría cuando recuerdan un acontecimiento alegre. Los psicoanalistas explican la alexitimia como un mecanismo inconsciente que puede estar asociado a la negación y al aislamiento, debido posiblemente a una detención en el desarrollo afectivo. La alexitimia se considera a veces un mecanismo de defensa, adquirido precozmente, mediante el cual el yo se protege distanciándose de las emociones. Desde este punto de vista, la alexitimia es a una forma de adaptación del sujeto cuando éste se encuentra ante situaciones dolorosas y traumáticas. Para algunos autores, puede ser signo de estilos defensivos inmaduros, en referencia a la nomenclatura de George Vaillant.[69]

Además, la alexitimia también se considera un modo de funcionamiento psíquico que puede ser constitutivo en un individuo, sea o no regresivo (en reacción a un trauma). Su aspecto constitucional podría ser el resultado de un apego precoz inseguro, lo cual sería un factor de vulnerabilidad que predispone al sujeto a los trastornos psicológicos y a una tendencia a desarrollar trastornos psicosomáticos. Cuando la alexitimia aparece después de un trauma, se considera temporal. En estos casos, se sitúa entre los síntomas reactivos observables después de un estrés postraumático y normalmente es un estado transitorio.

Además, algunos autores proponen considerar la alexitimia en ciertos

individuos como un «proceso adaptativo y no deficitario»,[70] vinculado a características culturales o educativas que reprimen la expresión de las emociones de un modo aprendido.

Sea transitorio o crónico, en las personas alexitímicas la pobreza del imaginario y de la vida de la fantasía puede explicar sus dificultades con las expresiones del humor. Del mismo modo, el recurso a la acción para limitar las emociones y el estilo cognitivo pragmático son, por definición, poco compatibles con el sentido del humor, que supone la espontaneidad y la creatividad. Además, la inhibición de la empatía y el empobrecimiento relacional, frecuentes en las personas alexitímicas, también dificultan las manifestaciones sociales del placer humorístico y la capacidad de compartirlas. De todas maneras, el déficit emocional y la limitación de las capacidades empáticas pueden presentar grados distintos en cada individuo.

Ice Queen Paula

Paula, una joven científica reconocida por sus colegas debido a sus investigaciones, se caracteriza por su reticencia a expresar cualquier forma de alegría. Durante un viaje de intercambio, cuando sus colegas de una universidad asociada la acogen durante algunos meses, destaca por su insensibilidad a todas las formas de broma y también a todos los placeres terrenales que se le proponen. Invitaciones a restaurantes, visitar la ciudad, sus monumentos y museos, o incluso ir a ver espectáculos o invitaciones a fiestas: nada parece alegrarla. Ella se muestra glacialmente indiferente sobre todo al humor y sus colegas se dan cuenta, sorprendidos, de que no ríe casi nunca.

Entonces, queriendo alegrar a la joven y creyendo complacerla, le presentan a un investigador conocido por su ingenio y su humor sociable. Este hombre, a pesar de ser considerado unánimemente divertido y simpático, usa todas sus armas para seducirla y hacerla reír. Como no consigue arrancarle ni una sonrisa, se da por vencido, sorprendido de haber chocado contra un frío muro sin brecha alguna.

De hecho, Paula se muestra insensible a las buenas palabras y a las bromas, pero también es cierto que estas situaciones le causan tanta vergüenza como incomodidad, ya que tiene tendencia a tomarse todo al pie de la letra. Normalmente, no capta los aspectos cómicos de las frases. Además, aunque es capaz de entender intelectualmente ciertas

historias divertidas o situaciones supuestamente jocosas, eso tampoco la divierte. Jugar con las palabras o las situaciones no le interesa.

Lo que distrae a la mayoría de las personas le aburre mucho y a menudo le molesta. Un día, manifiestamente irritada por los que se ríen, reconoce que no entiende cómo alguien puede perder el tiempo con algo así. Pero Paula no es una depresiva y tampoco alguien arrogante, a pesar de las apariencias, que parecen revelar cierto desdén hacia sus semejantes. Su insensibilidad al humor no es una simple indiferencia, sino que parece que resulta de un funcionamiento cognitivo específico de tipo autista. No obstante, no se le ha hecho ningún diagnóstico al respecto. Por otra parte, desde el punto de vista psicológico, los trastornos de la emoción podrían ser signo de una tendencia a la alexitimia.

Otra fuente de explicaciones invoca las defensas psíquicas. Su historia de vida nos informa de que perdió a los padres precozmente en un accidente cuando era niña. Era hija única y fue criada por su abuela por parte de madre, una mujer triste, de luto por la muerte de su hija. En este contexto familiar, Paula se construyó a sí misma en el aislamiento y el control de las emociones, en particular poniendo todo su empeño en sus estudios, en los que obtuvo muy buenas notas.

Ya adulta, podemos considerar que se ha insertado socialmente como docente-investigadora, pero que ha seguido estando aislada afectiva y relacionalmente. Su personalidad rígida, con poco espacio para el placer y la alegría, es una cierta discapacidad social. Incluso, aunque su trabajo científico y sus publicaciones son reconocidos por sus colegas, la invitan poco a dar conferencias. Los otros investigadores dudan en invitarla por su conocida hosquedad. En su propia universidad, su falta de empatía y su aparente desprecio hacia sus congéneres la apartan de muchas relaciones sociales, y es poco apreciada por los estudiantes, a quienes su frialdad intimida y desalienta. Además, sufre las burlas de algunos que se divierten con su frialdad y su ausencia de sociabilidad, y le llaman la Ice Queen.

Paula es manifiestamente poco sociable e insensible al humor, pero tiene todas las papeletas para ser reclutada por la tribu de los agelastas, ese extraño pueblo compuesto por personas que nunca se ríen.

Notas

42. *The Artist* es un filme mudo francés en blanco y negro dirigido por Michel Hazanavicius en 2011 con Jean Dujardin y Bérénice Bejo.

43. Devos, R., *Matière à rire. L'intégrale*, Plon, París, 1999.

44. Entrevista de 1971, Raymond Devos, archivos de la radiotelevisión suiza.

45. Henri, A.-N., *C'est pas des blagues. Histoires pour rire et pour penser*, Érès, Toulouse, 2013.

46. Anzieu, D. y Martin, J.-Y., *La Dynamique des groupes restreints*, París, PUF, 1981.

47. Martin, R. A., «Sense of humor and physical health: Theoretical issues, recent findings, and future directions», en *Humor: International Journal of Humor Research*, vol. 17 (1-2), s/e, s/l, 2004, págs. 1-19.

48. Masten, A. S., «Humor and competence in school-aged children», en *Child Development*, vol. 57, Society for Research in Child Development, Michigan, 1986, págs. 461-473.

49 . Costa, P. T. y McCrae, R. R., «Psychological stress and coping in old age», en Goldberger, L. y Breznitz, S. (eds.), *Handbook of Stress: Theoretical and Clinical Aspects*, The Free Press, Nueva York, 1993.

50 . Bell, N. J.; McGhee, P. E. y Duffey, N. S., «Interpersonal competence, social assertiveness and the development of humour», en *British Journal of Developmental Psychology*, vol. 4, The British Psychological Society, s/l, 1986, págs. 51-55.

51. Miller, G. F., «Sexual selection for indicators of intelligence», en Bock, G.; Goode, J. y Webb, K. (eds.), *The Nature of Intelligence, Novartis Foundation Symposium 233*, John Wiley, Nueva York, 2000, págs. 260-275.

52. Bressler, E. R. y Balshine, S., «The influence of humor on desirability», en *Evolution and Human Behavior*, vol. 27 (1), 2006, págs. 29-39.

53. Bressler, E. R., Martin R. y Balshine S., « Production and

appreciation of humor as sexually selected traits », *Evolution and Human Behavior*, vol. 27 (1), Elsevier, s/l, 2006, págs. 121-130.

54. Miller, G. F., «Sexual selection for indicators of intelligence», en Bock, G.; Goode, J. y Webb, K. (eds.) *The Nature of Intelligence*, óp. cit., págs. 260-275.

55. Renou, X. y Les Désobéissants, *Désobéir par le rire*, Le Passager clandestin, París, 2010

56. Ricard, M., *108 sourires*, La Martinière, París, 2011.

57. Nilsen, A. P. y Nilsen, D. L. F., *Encyclopedia of 20th-Century American Humor*, óp. cit.

58. Vaillant, A. (dir), *Esthétique du rire*, Presses universitaires de Paris-Ouest, París, 2012.

59. Poizat, D., «Le handicap et l'humour juif, d'Abraham au Schlemiehl», en Reliance, vol. 2, 20, ERES, s/l, 2006, págs. 17-28.

60. Bergson, H. [1900], *Le Rire. Essai sur la signification du comique*, col. Petite Bibliothèque Payot, Payot, París, 2012.

61. Vanistendael, S., «Humour et résilience: le sourire qui fait vivre», en Fondation pour l'enfance, *La Résilience: le réalisme de l'espérance*, Érès, Ramonville-Saint-Agne, 2001.

62. Jorland, G. y Berthoz, A. (eds.), *L'Empathie*, Odile Jacob, París, 2004.

63. Grimm, J. y Grimm, W., «L'Oie d'or», en *Contes*, Flammarion, París, 1967, págs. 398-402.

64. Lévi-Strauss, C., «Mythologiques», en *Le Cru et le Cuit*, tomo 1, Plon, París, 1964, págs. 89-152.

65. El primer verso del poema «Mélancholia» de Victor Hugo, en *Les Contemplations*, 1838.

66. Grandin, T., *Ma vie d'autiste*, Odile Jacob, París, 1994.

67. Sifneos, P. E., «The prevalence of alexithymic characteristics in

psychosomatic patients», en *Psychotherapy and Psychosomatics*, vol. 22, 1973, págs. 255-262.

68. Pedinielli, J. L., *Psychosomatique et alexithymie*, PUF, París, 1992.

69. Vaillant, G. E., «Adaptive mental mechanisms. Their role in a positive psychology», en *American Psychologist*, vol. 55, American Psychological Association, s/l, 2000, págs. 89-98.

70. Jouanne, C., «L'alexithymie : entre déficit émotionnel et processus adaptatif», en *Psychotropes*, 3, vol. 12, De Boeck Supérieur, París, 2006, págs. 193-209.

4. El humor, contra viento y marea

Reír a pesar de la tragedia

Daniel tenía 10 años cuando su hermano mayor fue víctima de un asesinato cuyas circunstancias jamás fueron aclaradas. Este acontecimiento traumático afectó a su familia por mucho tiempo. La brutal desaparición de su único hermano desestabilizó profundamente a Daniel y el clima familiar jamás volvió a ser el mismo. Dejaron de celebrarse fiestas en su familia. Implícitamente, la tristeza dictaba sus leyes. En esta familia, que se enfrentaba a un duelo imposible, la risa era algo prohibido y también todo aquello que pudiera ser fuente de júbilo o alegría. Daniel recuerda: «Ya no podíamos reír, como si la vida se hubiera detenido. Se acabaron las fiestas. En casa todo era tristeza. Por suerte, me quedaba la escuela y los compañeros del fútbol, ahí podía liberarme, bromear y reírme de todo y de nada, como los niños de mi edad».

En las familias sumidas en un duelo patológico, la prohibición de la risa a menudo es una norma instaurada implícita o explícitamente. La tristeza no superada ya no permite las manifestaciones de alegría; la risa se percibe como un insulto a la memoria del difunto. Daniel sólo se permitía reír en los espacios sociales extrafamiliares, pero no sin sentirse culpable, sentimiento con el que tuvo que lidiar.

¿Es algo obsceno la alegría a pesar del drama? François Rabelais jugaba con esta provocación en sus relatos humorísticos. Conseguía hacer reír al lector a partir de los contextos más dramáticos de la existencia. Así, cuando nace Pantagruel,[71] Gargantúa, su nuevo padre, olvida rápidamente la muerte durante el parto de su madre Badebeck. Gargantúa, dividido por un instante entre la alegría por el nacimiento de su hijo y el dolor por la pérdida de su mujer, duda. François Rabelais describe así la escena: «Lloraba como una vaca, pero de repente se reía como un becerro». De todas maneras, Gargantúa se consuela pronto y considera rápidamente que «no sirve de nada llorar, ya que esto tampoco la resucitará». Luego concluye, prosaico: «Tengo que encontrar a otra». Del mismo modo, los relatos de torturas, y las numerosas y terroríficas desgracias de Panurgo son presentados de forma muy divertida.

Hoy en día y en la vida diaria, dar muestras de humor en circunstancias trágicas puede ser considerado provocador, y también vergonzoso o indigno, incluso obsceno. No obstante, algunos humoristas profesionales han construido su carrera sobre esto, situándose en la frontera de la provocación y la transgresión. Éste es el caso del humor atípico de Pierre Desproges, a quien le gustaba tanto escandalizar como hacer reír. Entre sus provocaciones encontramos frases como esta: «Es mejor reírse de Auschwitz con un judío que jugar al Scrabble con Klaus Barbie».[72] También exhibió un humor negro feroz hacia las personas enfermas de cáncer, enfermedad que también él padecía (la leyenda dice que no lo sabía, pero otros dicen lo contrario). Algunas de sus frases son ya célebres: «Más canceroso que yo, ¡tumor!». La estrecha relación entre la historia vital y el humorista muestra que sus provocaciones cómicas fueron la expresión de sus intentos por dominar sus propios miedos y angustias. Como decía Sigmund Freud, «el humor a veces sonríe a través de las lágrimas».

«Cosa» y la inquietante extrañeza

Dos niñas visitan una exposición de escultura moderna y parecen aburrirse. Luego se detienen frente a una escultura muy realista con una mano cortada ensangrentada. La más pequeña le dice a la otra con una gran sonrisa: «Mira, ¡es Cosa!» Y ambas se ponen a reír. En efecto, están haciendo referencia a la serie televisiva *La familia Addams* (conocida por su humor negro), uno de cuyos protagonistas es una mano llamada « Cosa». Esta mano, dotada de inteligencia, se comporta como una persona entera. Es capaz de desplazarse y hacer todo tipo de cosas para ayudar a los otros personajes de la familia Addams, una familia monstruosamente simpática que gusta a muchos niños.

Se podría esperar que la escultura de una mano cortada moleste a las niñas, incluso que les dé miedo. Pero ellas evitan la amenaza del miedo riéndose de la similitud con un personaje de ficción que les resulta familiar, lo cual neutraliza su aspecto inquietante. Cosa de la familia Addams es un personaje simpático y animado, mucho menos terrorífico que una mano cortada inerte. La broma de las niñas debilita el aspecto macabro y terrorífico de la mano ensangrentada. Al burlarse de la escultura, revelando lo cómico de la situación, evitan la angustia que podría generarles la representación de una mano cortada. Mediante el humor, invierten la situación, que pierde su carácter amenazador. De

este modo, pueden reírse y burlarse. Al resaltar el aspecto grotesco, la confrontación se vuelve algo soportable e incluso divertido.

La actitud humorística frente a las dificultades de la vida modifica la percepción de la realidad y le da un tono irónico que hace surgir la risa allí donde tan sólo hay peligro y angustia por lo absurdo. Se exprese o no mediante la risa, el humor provoca una sensación de bienestar emocional asociado a la alegría, al júbilo o a la mera satisfacción, y esto le da una función de catarsis. A menudo, se usa como instrumento de defensa contra la angustia de las situaciones cotidianas. Puede ayudar a las personas a protegerse de la invasión de las emociones negativas ante las dificultades de la vida.

La historia de las dos niñas muestra esta forma de uso del humor para protegerse de la angustia de la vida cotidiana. Sorprendentemente, esta escena tomada de un instante de la vida contemporánea presenta similitudes con una teoría desarrollada por Sigmund Freud[73] en su texto «La inquietante extrañeza» (*Das Unheimliche*). Este escrito distingue entre lo extraño tal y como se vive en situaciones de la realidad, y lo extraño en los relatos ficticios literarios. En efecto, lo que nos parece extraño en la vida real no lo es necesariamente en la ficción de muchas fantasías. Para apoyar su tesis, Sigmund Freud da un ejemplo del «tema de la mano cortada» que encontramos en los cuentos y obras literarias. En la vida real, una mano cortada nos parecería cuando menos algo insólito, e incluso terrorífico, ya que despertaría la angustia de castración según la interpretación freudiana clásica. No obstante, en cuanto la imaginación del autor construye un universo ficticio en el que una mano cortada se convierte en una cosa normal u objeto de burla (como en el caso de las dos niñas), entonces la inquietud de la extrañeza puede dar paso a la maravilla o incluso puede participar del efecto cómico.

En estas condiciones, el aspecto angustiante no perdura en el universo de ficción, es neutralizado. Del mismo modo, con la mano cortada, convertida en Cosa, las dos niñas han reconstruido en el museo, de alguna forma, un universo de ficción que las protege de la angustia de la extrañeza. Han edificado una representación significante en su universo. La comicidad familiar del personaje de Cosa sustituye a la extrañeza de la escultura hiperrealista de la mano ensangrentada, que pierde así su carácter terrorífico o angustiante, y se convierte en algo placentero o

divertido.

Este análisis también se puede aplicar a la obra de François Rabelais, que nos familiarizó con la risa ante lo horroroso. En efecto, en sus escritos el autor se emplea a fondo en ridiculizar y convertir en humorístico lo que parece terrorífico en la realidad. Cuenta historias de ogros o gigantes, de guerras y muertes atroces, y las relata de tal manera que lo horrible nos parece ante todo risible. Esto es lo que constituye este ámbito tan singular que él designó con el término «horrífico».[74] Al sernos presentadas como un juego, una parodia, nos divertimos con escenas de torturas y de prisioneros asados, empalados, mutilados o degollados. Panurgo nos hace reír cuando cuenta los terribles suplicios por los que dice haber pasado.

Mediante la exageración y la fantasía del relato, François Rabelais garantiza al lector que se trata de hechos ficticios y, por tanto, de una simulación del horror que entonces puede ser algo jocoso y risible. En la línea freudiana, podemos considerar que la amplificación de las atrocidades y la exuberancia desplegada en el relato de las escenas horríficas contribuyen a anestesiar los sentimientos de horror o de asco. Reímos no del horror, sino de la puesta en escena paródica y burlesca de lo horrífico convertido en arte por el autor. La hipérbole humorística ayuda a sublimar la angustia y a transformar la realidad angustiante. Permite recrear una representación divertida de lo que sería obsceno en la vida real.

La actitud humorística es un factor de flexibilidad y un buen pronóstico de cambio durante un desarrollo. Es un indicio de creatividad que muestra los recursos que se pueden movilizar frente a las dificultades de la adversidad. Permite descubrir y utilizar de forma óptima nuestras competencias para superar los traumas. Reírnos de algo que nos pone en peligro nos hace separarnos del miedo, nos permite poner freno a la angustia y protegernos de las emociones mórbidas.

Hacer el payaso para sufrir menos

Julien es un niño de 11 años alumno de sexto. Durante su curso escolar, cambia de comportamiento. Mientras que antes era un alumno bastante atento y trabajador propenso a la alegría, ahora descuida sus deberes, cada vez está más inquieto y se pasa el rato haciendo el payaso. Todo es una excusa para reír y bromear, cada vez es más burlón con sus

profesores y compañeros, a los que parodia con cierto talento. Parece divertirse con todo y no tomarse nada en serio. Este comportamiento acabará marginándolo, ya que sus compañeros se cansarán de sus burlas constantes, incluso los profesores lamentan cada vez más una importante disminución de su rendimiento escolar. Los profesores, sorprendidos por este cambio, que primero atribuyen a la preadolescencia, descubren luego a través de su padre que Julien hace poco que ha perdido a su madre. Ha muerto de forma inesperada y brutal, víctima de un cáncer. Julien no había dicho nada de esta muerte que ocurrió durante las vacaciones escolares y era algo que los profesores no sabían. Al ser preguntado por parte de los adultos llenos de buena voluntad, Julien se niega categóricamente a hablar de ello en la escuela. No obstante acaba aceptando ver a un psicólogo fuera del recinto escolar.

Ante la inmediato de la confrontación con el sufrimiento psíquico, la actitud humorística es a veces un procedimiento de protección defensivo un poco fuera de lugar, cuya forma indica la búsqueda de una adaptación adecuada que el individuo no siempre encuentra. Es lo que ocurre cuando las personas adoptan una actitud que consiste en «hacer el payaso» para sufrir menos. Este comportamiento bromista tiene como objetivo reducir la ansiedad causada por situaciones estresantes, pensamientos o efectos perturbadores. Hacer el payaso forma parte de los mecanismos de defensa reconocidos actualmente.[75]

En ciertas situaciones, para algunas personas alegres, esta forma de burla es parte de las modalidades relacionales banales de lo cotidiano. Un juego de palabras o una pirueta humorística pueden ayudar a alguien a resolver una situación algo embarazosa. Se trata de un comportamiento adaptativo y transitorio. Pero esta modalidad aparece de forma más importante y a veces duradera en algunas personas. Este comportamiento particular consiste en burlarse de todo y también de uno mismo. Se caracteriza por un uso a veces excesivo de bromas, de juegos de palabras o de comportamientos burlones, y pretende de alguna manera negar el sufrimiento y la confrontación con la realidad. En este caso, se trata de un verdadero mecanismo de defensa cuyo aspecto adaptativo se puede discutir.

A veces, este fenómeno se observa después de un trauma psicológico, una ruptura afectiva, el anuncio de una enfermedad grave o incluso una

pérdida traumática de un ser querido. Hacer el payaso es distanciarse de la realidad insoportable. En este sentido, tal mecanismo puede formar parte de la primera etapa del proceso de resiliencia en la medida en que ayuda al sujeto herido a protegerse de la invasión de emociones dañinas que amenazan al yo. No tomarse nada en serio, reírse de todo y burlarse de aquello que causa miedo pueden ayudar a superar esta primera etapa del camino hacia la resiliencia que consiste, primero, en protegerse de la desorganización psíquica. No obstante, el proceso de resiliencia sólo empieza si el sujeto pasa a la etapa siguiente, que permite el recurso a modalidades defensivas elaborativas, apuntalando la reconstrucción psíquica.

Estas actitudes que consisten en hacer el payaso se pueden observar frecuentemente en la clínica, sobre todo en adolescentes o adultos jóvenes que, después de un duelo (muerte brutal de un progenitor o de una persona allegada), parecen recurrir en cualquier oportunidad a la risa para luchar contra la irrupción de la tristeza y la amenaza de la depresión.

Julien intenta gestionar el trauma causado por la impensable y brutal desaparición de su madre riéndose de todo. Provocando al destino, hace como si la vida fuera un juego que no debe ser tomado seriamente. A través del humor y las bromas, intenta borrar la realidad de la muerte de su madre y las angustias causadas por esta desaparición. Hacer el payaso lo protege durante un tiempo de la invasión de las emociones dañinas y se establece como una forma de negación de la pérdida, disfrazada de humor. No obstante, ha terminado desarrollando una forma de humor inapropiada, demasiado agresiva y hostil hacia su entorno. Esta expresión compulsiva del humor, que se revela como inadaptada, expresa ante todo su malestar interno. De todos modos, su comportamiento de burla excesiva ha sido entendido como una señal de alerta.

Esta situación clínica muestra una de las facetas del uso del humor como mecanismo de protección. Para Julien, se trata ante todo de protegerse de la pérdida brutal de la madre. Pero, a largo plazo, no puede adoptar la risa llevada a su paroxismo como defensa. Este comportamiento lúdico y alborotado ha puesto en peligro su adaptación social y su escolaridad, de la que se ha desentendido de golpe. No obstante, podemos considerar que esta modalidad defensiva lo ha protegido

temporalmente y le ha permitido significar su malestar en el marco escolar. Esto ha hecho posible que se le ayude y reoriente hacia un acompañamiento psicoterapéutico.

La historia del pequeño Julien parece reflejar lo que nos cuenta Élie Semoun de su trayectoria vital en su autobiografía.[76] El humorista explica que su tendencia a hacer el payaso y querer reírse de todo empezó tras la muerte precoz de su madre. En efecto, su madre murió de una hepatitis a la edad de 36 años, cuando él aún era un niño. Semoun identifica la tragedia de la pérdida de su madre como el desencadenante de su vocación por el humor. Dice: «Cuando me preguntan por qué me hice humorista, la única respuesta que me viene a la cabeza es: "Porque murió mi madre"».

La burla de sí mismo: reír para no llorar

Desde el punto de vista contemporáneo, el humor incluye distintas facetas, entre las cuales encontramos todo lo que provoca la risa o la sonrisa: los chistes, la burla o la burla de sí mismo, la mofa o incluso la ironía. Puede implicar al otro o los otros que son objeto de la burla, de los que nos reímos y nos burlamos, viendo sus aspectos insólitos e incongruentes. El objeto de risa pueden ser personas, grupos sociales o étnicos, incluso comunidades más o menos identificadas por una u otra particularidad. Muy a menudo, el humor implica a socios cómplices, un público más o menos amplio (pero basta con una sola persona) que entiende la broma o el juego de palabras. Pero el humor también puede consistir en presentar como risibles nuestras propias debilidades o desgracias mediante la autoparodia. Se trata de adoptar una actitud humorística hacia uno mismo, reírse y hacer reír a otros de uno mismo, de los propios defectos, excentricidades o desgracias, a menudo exagerándolos.

La autoparodia es un tipo de comunicación que permite plantear temas sensibles y dolorosos como la vejez, la enfermedad, el duelo, la sexualidad o la muerte. En las personas mayores, el desapego humorístico puede hacer más soportables los aspectos angustiantes del envejecimiento. El documental *I Feel Good!*[77] nos muestra bien este aspecto. En efecto, relata cómo un grupo de octogenarios americanos supo tratar las cuestiones existenciales vinculadas al envejecimiento mediante la broma, creando una coral de *rock and roll* que actuó en muchos escenarios a lo largo y ancho del mundo. En la película, vemos a

coristas sénior que practican el arte de la autoparodia y, sobre todo, el humor negro con los temas delicados de la relación con la degradación física y la muerte. Fred, uno de los coristas, dice maliciosamente: «¡De continente en continente, acabé incontinente!». Pero su repertorio musical expresa mejor su estado de ánimo humorístico con un repertorio lleno de guiños y de autoparodia. Parecen burlarse de ellos mismos, pero, sobre todo, desafiar la amenaza de la muerte mediante la burla, interpretando canciones como: «Should I stay or should I go?», «Forever young» o incluso «Staying alive». Este comportamiento bromista puede entenderse como un intento de reducir la ansiedad causada por pensamientos, o efectos perturbadores o angustiantes. Representa la acción de los recursos psíquicos creativos y de apuntalamiento cuya particularidad es que corresponden a modalidades relacionales socialmente atrayentes.

«Me río de todo por miedo a verme obligado a llorar de todo», decía Beaumarchais[78] resumiendo elegantemente esta perspectiva en las frases que escribió para Fígaro. El ejemplo del humorista Pierre Desproges lo demuestra. Éste aseguraba: «Duele menos cuando nos reímos de ello». Él bromeó mucho sobre el cáncer que padecía, mostrando un humor corrosivo y provocador, que era lo que lo hacía artísticamente original. ¿Podría haber hablado de otra forma de su enfermedad? En esta línea, el dibujante Jean-Marc Reiser, que nos dejó prematuramente, también había bromeado mucho con el tema de su relación con el cáncer, haciendo referencia a él explícitamente para reírse. A menudo, expuso de forma irónica y provocadora mediante sus dibujos esta enfermedad que se lo estaba llevando.

Estos dos ejemplos muestran un uso del humor que comprende sus componentes irreverentes, pero también ofensivas. En efecto, estos dos humoristas se valieron de la ironía ácida, la sátira y el humor negro para tocar los resortes de lo cómico y mostrar su propia relación con la enfermedad. Nada indica que ignoraran la seriedad de su estado, por el contrario, podemos considerar que el humor, probablemente, les ayudó a hablar de ello, a trabajar sus angustias y a compartirlas de forma lúdica con sus semejantes. Pierre Desproges no jugaba con las palabras tanto como con sus miedos cuando decía: «¡Navidades en el escáner, Pascua en el cementerio!».

En la categoría de la autoparodia, encontramos lo que habitualmente se

llama «humor judío», retomando la expresión de Joseph Klatzmann.[79] Muchas bromas atribuidas a esta comunidad son muestras de autoparodia. Efectivamente, se trata a menudo de reírse de sus desgracias para no llorar, gracias al distanciamiento humorístico. Pero muchas otras comunidades culturales usan esta forma de humor muy extendida. De acuerdo con Georges Minois,[80] podemos considerar que «no existe un humor judío del mismo modo que no existe un humor latino, sino que hay judíos y latinos con sentido del humor». Podríamos ampliar esta observación a todas las formas de humor desde un punto de vista comunitario, como el humor inglés, belga, etcétera. De hecho, la autoparodia no conoce fronteras culturales, es un refugio universal muy utilizado por los hombres sean cuales sean sus orígenes sociales o culturales, para intentar afrontar sus miedos y sufrimientos. Ciertamente, los pueblos oprimidos y las minorías étnicas o culturales quizás hayan practicado más esta forma de humor que los otros, pero de forma general muchos individuos se valen de la autoparodia para enfrentarse a la adversidad.

«No sabemos reírnos de los otros si primero no sabemos hacerlo de nosotros mismos», decía Paul Léautaud. Tener sentido del humor puede consistir en entender las bromas, pero también en hacerlas, y a menudo aceptar las que se hacen sobre nosotros, o incluso burlarnos de nosotros mismos para bromear, reírnos y hacer reír a los demás con lo que nos ocurre. Pero la autoparodia es una forma de humor compleja, porque supone una capacidad para llevar a cabo un distanciamiento respecto a uno mismo y la situación en la que estamos, cuando ésta es dolorosa. A menudo lo que hace reír es también lo que causa el problema, y puede ser fuente de sufrimiento y tormento.

Asimismo, en la práctica de la autoparodia, es esencial el dominio del contexto por parte del propio protagonista. Esto explica que ciertas personas que practican de buen grado la autoparodia reaccionen mal cuando otros se burlan de ellos. Algunos humoristas son muy susceptibles con las bromas de los demás. Las comedias están llenas de ejemplos de esta aparente paradoja. Por ejemplo, en las películas de Laurel y Hardy, encontramos secuencias en las que Hardy se burla de sí mismo para intentar salir de una situación embarazosa, pero cuando Laurel participa y se burla de él, Hardy lo reprende enfadado. A menudo es más aceptable reírse o hacer reír a los demás con uno mismo, subrayando nuestros defectos y debilidades, manipulando la hipérbole,

pero siempre dominando las implicaciones y consecuencias de las bromas que nos infringimos, que ser el objeto de las bromas y las risas de otro. Este control del contexto no es algo banal. Para que la autoparodia sea operativa como procedimiento defensivo hay que respetar ciertos límites. El ejemplo siguiente, con Woody Allen, puede darnos pistas para entender este fenómeno, más complejo de lo que parece, del humor aplicado a uno mismo.

Woody Allen: burlarse de sí mismo y la verdadera falsa humildad

Woody Allen, en sus películas y *sketches*, no duda en salir a escena con mucho talento burlándose de sí mismo mediante el personaje que encarna en pantalla. Parece dibujarse amplificando sus debilidades hasta la caricatura burlesca. De todos modos, Allen domina el arte de convertir los que podrían parecer defectos suyos (es bajo, enclenque, pelirrojo y no muy guapo) en cualidades, mediante la exageración y la caricatura de sus particularidades reales o supuestas. Pasa lo mismo con los aspectos relacionales y psicológicos del personaje, que a veces se llevan hasta el absurdo. Es lo que ocurre cuando explica sus desaventuras relacionales, sobre todo sus decepciones con las mujeres y las diferentes fobias que parece padecer, a través de los guiones de sus películas. Por supuesto, aunque se trate de la construcción de un personaje de ficción sólo en parte inspirado en el hombre real, su personaje escénico lo representa como hipocondríaco, fóbico y neurótico, hundido en un psicoanálisis sin fin.

El personaje intelectual y torturado que atraviesa la mayor parte de sus películas se vale mucho de la autoparodia para mostrar y exagerar sus defectos (angustias, torpezas, fobias, etcétera) y hacernos reír al presentarnos un espejo satírico de la sociedad. Pero lo que lo hace simpático es, precisamente, esta burla de sí mismo, que se asocia con una verdadera falsa modestia, ya que, en definitiva, con lo que se queda el espectador es con su capacidad para hacernos reír con su inteligencia y su imaginación. Nos hace reír o sonreír con la desmesura de sus angustias, sus torpezas y otras fobias. Woody Allen parece entregarnos algo de su intimidad psíquica, pero la amplificación de sus trastornos y supuestos defectos hasta la caricatura nos recuerda que todo es ficción. No hay que confundir al personaje con la persona real que se protege detrás de la autoparodia controlada.

Saber situarse en la escena para desplegar los aspectos cómicos, jocosos,

de lo que somos o de lo que nos pasa no siempre es fácil. Hay que saber controlar y conocer el contexto para que la autoparodia no se convierta en autodepreciación. Lo cual, por otro lado, ya no sería visto como algo divertido por parte de los espectadores. En efecto, una mirada humorística sobre uno mismo no debe hacer que uno se rebaje o desvalorice. Más bien al contrario; a menudo la autoparodia es una forma de dar sentido a las dificultades de la vida, tomar el control de los acontecimientos traumáticos y reelaborar su representación. La autoparodia permite desarrollar el sentimiento de control sobre las situaciones y restaurar la autoestima.

Cuando Woody Allen nos invita a reírnos de su personaje neurótico, controla los límites de la burla y evita la autodenigración. Por lo tanto, dibuja a un personaje positivo, inteligente y bromista, con el que muchos espectadores quieren o pueden identificarse.

Para que la autoparodia se convierta en algo cómico, hay que exagerar las excentricidades, las penas y desengaños, amplificarlos y ponerlos de manifiesto hasta la caricatura. Esto implica que al final uno no se ríe tanto de sí mismo como de un personaje que ya no es un reflejo fiel, sino una especie de criatura exterior. Cuando Woody Allen practica la autoparodia en sus películas nos presenta a un personaje que se parece a él, pero ¿hasta qué punto? Su creación cinematográfica (supuestamente autobiográfica) nos deja ver un personaje de ficción, un reflejo distorsionado, no el hombre que él es en la vida real. El hecho de usar un pseudónimo (Woody Allen no es su verdadero nombre) también es un guiño a esta dimensión de la ficción.

De hecho, la autoparodia bien llevada está lejos de la autodescalificación, más bien al contrario. Anticipándose a la burla sobre uno mismo, forma parte de la protección del sujeto. Dicho de otro modo, me protejo de las risas de los otros riéndome primero de mí mismo y controlando el grado soportable de la burla. Cyrano, personaje de Edmond Rostand, que no soporta que alguien se burle de su nariz, es capaz de hacer versos bellos y largos a propósito de su apéndice nasal, exagerando al máximo su importancia.

La autoparodia se convierte así en un escudo frente a los potenciales ataques de las burlas y la risa de otros. Pero, en este contexto, el humor no se conforma con ser una protección, también permite trabajar sobre las heridas al cambiar su representación y, de este modo, transformar

también la representación de lo que somos. La autoparodia expresa una actitud proactiva que permite dominar los desafíos negativos y metamorfosearlos en experiencias constructivas mediante el dominio y el pensamiento. Se trata de una introspección positiva. La autoparodia permite, más que todas las otras formas del humor, reestructurar los sentimientos de vergüenza en las antiguas víctimas.[81] Contribuye a cambiar la percepción social de los otros y de nosotros mismos sobre las dificultades de la existencia. Reírnos y hacer reír a otros con situaciones difíciles que hemos sufrido permite retomar las riendas de la vida, dejar de ser la víctima vulnerable, evitar la autocompasión, pero también la compasión de los demás, y elaborar los sentimientos de vergüenza. Lo demuestran un buen número de humoristas que se inspiran en sus propias vidas marcadas por la adversidad, para alimentar su creatividad con talento (hemos dado varios ejemplos de ello en este capítulo).

Humor y salud en la psicología positiva

La asociación observada frecuentemente entre la felicidad y el bienestar que sienten las personas alegres condujo a investigar los beneficios de la risa en los pacientes de enfermedades físicas y a estudiar las posibles virtudes curativas de la risa. Uno de los pioneros de esta corriente es un antiguo periodista político norteamericano, Norman Cousins,[82] que describió en un libro autobiográfico cómo había conseguido combatir una enfermedad crónica degenerativa (la espondilitis anquilosante) gracias a los efectos terapéuticos de la risa. Explica que para combatir los importantes dolores causados por la enfermedad, se sirvió de la hilaridad como analgésico, provocándose la risa mediante el visionado intensivo de películas cómicas, sobre todo las de los hermanos Marx. Aparentemente curado de esta enfermedad invalidante, luego se convirtió en investigador asociado de la Universidad de California. Durante unos 10 años, participó en investigaciones que defendían los beneficios de una actitud calificada de positiva, basándose en promover el humor y la alegría de vivir como ejercicio favorable para la salud.[83]

A partir de esta idea, nacen las terapias de la risa que se han desarrollado durante los últimos años en los países occidentales. De forma general, indican la autoinducción de la sonrisa y, sobre todo, de la risa, no solamente para mejorar nuestro ánimo, nuestro humor, sino también para beneficiarnos de sus virtudes tónicas y revigorizantes que favorecen el bienestar y la salud al estimular las defensas inmunitarias.

Este planteamiento atípico del tratamiento de la enfermedad ha contribuido al nacimiento de corrientes teóricas y clínicas que consideran el humor como un factor importante para la salud física y mental. Como resultado de ello, ha habido un desarrollo variado de las terapias de la risa y de los diversos métodos que tienen como objetivo hacer reír a las personas enfermas, para acompañar el proceso de curación o incluso para prevenir las enfermedades. Estas prácticas las proponen personas que se presentan como «risoterapeutas», «payasomédicos» o incluso «payasoanalistas».

Desde hace algunas décadas, la idea de que el humor y la risa podrían tener efectos positivos en el desarrollo de las personas cada vez está más extendida en el sector sanitario. Algunas observaciones clínicas han dado lugar a publicaciones que relacionan la risa con el aumento de la inmunidad ante una enfermedad. Otros explican que la risa y la actitud jovial contribuyen a reducir la sensación de dolor o al menos a tolerarla mejor debido a la liberación de endorfinas. Algunos incluso dicen que la risa y el humor alargan la vida.

A menudo, el humor se presenta como una ventaja para el desarrollo personal en el marco de los planteamientos surgidos de la corriente emergente de la «psicología positiva». Esta corriente constituye un movimiento muy reciente de la psicología, ya que nació a principios del siglo XXI en EEUU, a partir de las teorías de Martin Seligman,[84] aunque él mismo reivindica una relación con trabajos más antiguos, de los años 1960, sobre todo los de Carl Rogers[85] y Abraham Maslow,[86] considerados como psicólogos humanistas. El proyecto científico de la psicología positiva se basa en el «estudio de las condiciones y los procesos que contribuyen a la prosperidad o al funcionamiento óptimo de los individuos, los grupos y las instituciones».[87] Globalmente, esta perspectiva destaca los aspectos beneficiosos y optimistas de las funciones psicológicas de cara al futuro de los individuos y sus implicaciones en la salud física y mental.

La psicología positiva se interesa, pues, por todo aquello que puede participar del funcionamiento óptimo de los seres humanos y, sobre todo, por sus recursos psíquicos salutógenos, como la creatividad, la empatía,[88] el optimismo o incluso el humor. Cercana a la corriente humanista, reivindica un lugar complementario en relación a las perspectivas psicológicas más clásicas, que se considera que,

esencialmente, se ocupan de los aspectos disfuncionales o psicopatológicos de las personas, familias o grupos humanos.[89] Los partidarios de la psicología positiva también exploran las relaciones interpersonales y las cuestiones sociales, apoyándose, por ejemplo, en el estudio de la personalidad y de los comportamientos asociados.[90] También se dedican a conceptos que pueden parecer un poco borrosos, como el bienestar o incluso la felicidad. Dentro de este nuevo movimiento, el humor y las virtudes atribuidas a la risa tienen un lugar importante en el repertorio de las características positivas de la personalidad y las competencias psicosociales.

Desde el punto de vista de la psicología positiva, el humor se considera algo beneficioso y portador de bienestar por sí mismo (emociones positivas), o como factor que facilita los procesos defensivos frente al estrés o los traumas (ajuste a los desafíos). En este marco, la concepción del humor corresponde a una representación exclusivamente positiva, es decir, en su vertiente necesariamente benevolente, empática o altruista.

Hoy en día, aunque la palabra humor incluya dimensiones muy plurales, la mayoría de los psicólogos contemporáneos que trabajan el humor, sobre todo los anglosajones, distinguen entre un humor visto como algo positivo o adaptado, y otra forma de humor que incluye componentes hostiles o considerados no adaptativos. A partir de las diferentes formas de humor inventariadas, las investigaciones sugieren que una personalidad sana o madura se caracteriza por un estilo particular de humor exento de toda hostilidad (los cuestionarios sobre los estilos de humor, como el HSW de Rod Martin, no son una excepción).

Esta perspectiva teórica plantea que la salud psicológica tiene relación con el uso de una forma de humor, de tipo adaptativo o maduro, y ello a condición de que esté libre de toda agresividad o humillación de los otros. El ser humano sano es, por tanto, el que usa esencialmente un tipo de humor que se expresa mayoritariamente a través de la autoparodia, lo cual corresponde en definitiva a la acepción clásica llamada «filosófica» del término. En esta línea se sitúa la aproximación al humor y la risa en el desarrollo actual de la llamada psicología positiva.

De forma más general, haciendo referencia explícitamente o no a la psicología positiva, diversos investigadores han intentado establecer correlaciones entre el humor y el bienestar físico y mental. Las investigaciones desde este punto de vista son muchas, sobre todo en

Norteamérica, desde los años 2000. Por ejemplo, es el caso de los trabajos de Willibald Ruch,[91] Herbert M. Lefcourt[92] y Rod A. Martin.[93] Algunas investigaciones tienden a probar que los individuos que tienen un sentido del humor muy desarrollado pueden encontrar, mediante los beneficios de la burla y la risa, medios psicológicos y físicos para combatir el estrés y protegerse de la enfermedad. El humor revela ser un factor productor de salud, garante de la sociabilidad y de la salud. Desde este punto de vista, las personas que se sirven del humor y la risa se consideran más aptas para enfrentarse al estrés, desarrollan mejores relaciones con los otros, y gozan de una mejor salud mental y física.

No obstante, algunos investigadores llegan a resultados más contrastados y menos optimistas y, sobre todo, se muestran más cautos en cuanto a una relación causal entre el hecho de tener buen humor y la salud física. Hay que reconocer que el humor no siempre es la mejor terapia.[94] A veces, puede ser incluso un impedimento para adaptarse a la enfermedad y ser una estrategia de protección disfuncional. El hecho de no tomarse en serio un problema de salud, bromear y divertirse con ello, por ejemplo, para distanciarse de la angustia ante la enfermedad, puede conducir a la persona a no tomar conciencia de la gravedad de su mal. Esto puede causar una menor observación de las prescripciones médicas que tienen como objetivo la curación.

La clínica demuestra que el temperamento alegre conduce a ciertas personas a descuidar su salud y las medidas de prevención. Según Bruno Fortin,[95] «las personas que tienen un gran sentido del humor creen que están más sanas de lo que realmente están». Así, las personas alegres tienden a considerar que están más saludables de lo que están en realidad ,y pueden descuidar los síntomas de alerta de una enfermedad y tardar en cuidarse. Esto explica que estas personas, a pesar de su temperamento eufórico, presenten tasas de mortalidad más elevadas que otras. A veces, ciertas personas de temperamento jovial y optimista dejan de lado la toma de conciencia del estado real de su salud,[96] cosa que no cuadra con la visión optimista de la psicología positiva.

Hoy en día, hay pocos artículos que permitan probar los efectos beneficiosos de la risa y del sentido del humor en la salud o en la prevención de riesgos, aislando este aspecto de las otras variables que pueden afectar a la salud. Por este motivo, hay que ser prudentes. Además, hay investigaciones que demuestran que las personas joviales

tienden a asumir riesgos en su estilo de vida. Por ejemplo, ponen a prueba su salud abusando del alcohol, el tabaco o incluso practicando actividades de ocio peligrosas. Estos comportamientos de riesgo son más frecuentes en las personas joviales que en las personas más serias.

En consecuencia, la idea actual del humor, que incluye sus componentes agresivos (burla, humillación, etcétera), no permite incluir el humor en todas sus formas en la perspectiva de la psicología positiva, que únicamente acepta sus aspectos decentes y empáticos. De forma más general, otras perspectivas psicológicas conducen a preguntarse por la pertinencia de esta distinción entre humor sano y adaptado, y otro inadaptado o con componentes sulfurosas. Esta dicotomía, que sigue estando muy presente en las distintas perspectivas psicológicas, choca sin embargo con la realidad de los usos corrientes del humor. En efecto, las manifestaciones verdaderamente sanas y benevolentes del humor son relativamente raras, como lo demuestran la mayoría de bromas cotidianas y las diversiones establecidas o mediáticas a las que podemos asistir. En cambio, el humor puede demostrar que es más o menos adaptado a una situación sin por ello tener relación con su forma o modalidad. Desde este punto de vista, un humor sarcástico o irónico y burlón hacia alguien o hacia una situación se puede justificar como una estrategia adecuada si le permite al individuo que sufre encontrar una forma de protección eficaz. Por ejemplo, éste es el caso del llamado humor «de supervivencia» del que hablaremos más adelante.

Sean cuales sean sus modos de expresión, los beneficios del humor en la salud física y psíquica de un individuo no se basan en el mero hecho de hacer reír, algo que además tampoco es el resultado sistemático del humor. Los beneficios los encontramos esencialmente en las reestructuraciones cognitivas y emocionales que procuran las experiencias humorísticas. Desde el punto de vista cognitivo, el humor ayuda a pensar de forma racional y a recuperar el control frente a los pensamientos perturbados por emociones mórbidas. Además, la actitud humorística activa la creatividad y ésta contribuye a la recuperación, por parte del individuo herido, de una posición activa, permitiéndole así abandonar su posición anterior de víctima vulnerable que padece los avatares de las dificultades traumáticas.

Frente a las dificultades de la vida, los principales recursos aportados por el humor pueden agruparse en tres ámbitos: 1) los aspectos

beneficiosos por las emociones positivas que genera en el sujeto; 2) el atractivo social y su influencia positiva en el marco de la comunicación y el establecimiento de lazos socioafectivos, y 3) los aspectos catárticos y el alivio o descarga de las tensiones.

No obstante, de hecho, estos tres ámbitos están interconectados, aunque se pueden explicar mediante teorías psicológicas conexas. En efecto, las perspectivas del desarrollo y cognitivas, con el concepto del *coping*, exploran sobre todo el humor en los dos primeros aspectos. El segundo ámbito, que explora los efectos del humor en la comunicación y los vínculos sociales, interesa sobre todo a los psicosociólogos. Para terminar, el tercer ámbito, que hace referencia al alivio de las tensiones, se apoya en concepciones clínicas psicodinámicas que relacionan, por ejemplo, el humor con los mecanismos de defensa en la línea freudiana.

El humor sublime y sano en Freud y Lacan

Desde una perspectiva psicoanalítica, el humor puede ser considerado liberador y estimulante. Proporciona al sujeto la capacidad de relativizar su destino y de retomar el control de la situación. En el enfoque freudiano, «el humor no se resigna, desafía e implica no sólo el triunfo del yo, sino también del principio de placer, que encuentra así una manera de afirmarse a pesar de las realidades externas desfavorables».[97] La risa y el humor están vinculados a los placeres de la infancia; el hombre ríe cuando, sobre todo, encuentra en el otro o en sí mismo algo infantil. Lo cómico sería la «recuperación de la risa infantil perdida».

Frente a la multiplicidad de las fuentes de la risa y de sus expresiones, el padre del psicoanálisis propuso primero distinguir entre el humor, lo cómico y el chiste.[98] Describió el humor como uno de los sistemas de defensa más sanos y refinados contra el sufrimiento, mientras que consideraba el chiste y la broma medios de expresión de los impulsos agresivos y sexuales inaceptables. De todos modos, terminó por suavizar la importancia de esta distinción subrayando el estrecho parentesco entre lo cómico y el humor. Su obra sobre el chiste fue completada, por cierto, con un apéndice sobre el humor.[99] En este artículo, Sigmund Freud exalta verdaderamente el humor. Entendía este fenómeno humano como una modalidad de defensa muy importante. Lo presentó como un mecanismo de defensa excepcional, especialmente poco costoso en energía, pues, decía, «encuentra la manera de sustraer la energía del disgusto a punto de desencadenarse y transformarla en placer mediante

la descarga». Su aspecto sublime se debe «al triunfo del narcisismo, la invulnerabilidad del yo que se afirma victoriosamente. El yo se niega a dejarse cortar, a dejarse imponer el sufrimiento por parte de las realidades exteriores». El humor es visto como un don precioso y raro que se asemeja a un mecanismo de sublimación. Y añade: «El superyó se esfuerza, mediante el humor, en consolar al yo y preservarlo del sufrimiento». En este sentido, el humor protege al sujeto apartándolo de los sentimientos dolorosos, como un antídoto que permite superar y dominar el disgusto, y al igual que la sublimación, mediante actividades socializadas y especialmente el trabajo intelectual, canaliza un displacer sexual visto como peligroso.

Sigmund Freud se refiere al humor como uno de los mecanismos de defensa más elevados. Para él, el espíritu cómico es algo «sublime y sano». Afirma que la esencia del humor consiste en ahorrarse los efectos que una situación dañina habría causado gracias a la capacidad humana de convertir el sufrimiento en placer. Precisa: «He intentado encontrar la fuente del placer que nos proporciona el humor, y creo haber podido demostrar que el beneficio del placer debido al humor es causa del ahorro de un gasto afectivo».[100]

Desde la perspectiva freudiana, gracias al humor el yo se protege, «se niega a aceptar que los traumas del mundo exterior puedan afectarlo; o aún mejor, hace ver que éstos pueden ser fuente de placer».[101] La actitud humorística protege al individuo durante el enfrentamiento con contextos dañinos. Permite al herido mantener una mirada desapegada mediante la toma de distancia de los afectos y limita el carácter traumático de las situaciones peligrosas. Frente a la desdicha y la adversidad, se ahorra la depresión, la ansiedad o la cólera que normalmente podrían aparecer, manteniendo una perspectiva realista de sí mismo y del mundo.

El proceso cómico pertenece al preconsciente, supone un automatismo y no resiste un exceso de atención. Según Sigmund Freud, el humor es una contribución del superyó a lo cómico que se instaura como observador del yo. La perspectiva humorística ofrece una visión desdramatizada del mundo. No obstante, esto no impide totalmente un efecto negativo, pues a menudo la actitud humorística sólo atenúa parcialmente el disgusto; así descubrimos «el humor que sonríe a través de las lágrimas», que intenta que la situación resulte más soportable.

Con esta definición del humor, presentada esencialmente desde un punto de vista positivo, Sigmund Freud parece haber adoptado las significaciones virtuosas y humanistas que predominaban en su época. Pero si la examinamos más de cerca, la teoría psicoanalítica no reduce el humor a una expresión decente, no excluye las vertientes sardónicas y agresivas de la ironía y de la denigración. De hecho, el humor puede considerarse algo positivo en el sentido de que produce un efecto benéfico para el individuo, y no en el sentido moral del término. Si el efecto cómico sólo conduce al alivio de las tensiones, los aspectos humorísticos pueden pasar por formas o formulaciones diversas que no excluyen la hostilidad, el sarcasmo y la burla. Por ejemplo, éste es el caso de las expresiones humorísticas diseñadas por el surrealista André Breton[102] que forman parte del «humor negro». Así, en la obra sobre el chiste hay varios ejemplos de humor negro.

Otro psicoanalista, Jacques Lacan, también se interesó mucho por el humor. Para él, el acceso a la risa era un criterio de salud mental, y llegó incluso a defender que el sentido del humor podía ayudar a distinguir entre una persona normal y un enfermo mental. Decía: «¿No sabemos, nosotros los psicoanalistas, que el sujeto normal es esencialmente alguien que está en disposición de no tomarse en serio la mayoría de su discurso interior?».[103] En sus seminarios, siempre otorgó un lugar importante al humor, que practicó y exploró mediante sus análisis. Para él, el humor que se expresa mediante el chiste o lo cómico activa el juego del deseo, de sus necesidades y de su satisfacción. Durante uno de sus seminarios (Roma, 1974), provocador y bromista, dijo: «soy un payaso, tomad mi ejemplo, pero no me imitéis». Fuera de los círculos del psicoanálisis, Jacques Lacan se hizo famoso sobre todo debido a su visión de la relación con la palabra a partir del chiste. La visión lacaniana del humor insiste en el intenso vínculo entre el fenómeno de la risa y la función imaginaria de las personas. Su análisis tiene en cuenta la risa como un fenómeno provocado por una imagen mental cuyo curso se ve interrumpido de golpe. Esto ocurre cuando nos reímos de la caída de alguien que, caminado tranquilamente o solemnemente por la calle, de pronto cae al suelo. La irrupción de lo inesperado provoca una ruptura de las imágenes mentales y se quiebra la cadena de las representaciones esperadas, lo cual provoca la risa. Esta visión concuerda con la teoría de la incongruencia que está en el corazón de muchas situaciones cómicas de lo cotidiano. Efectivamente, desde siempre, las caídas de personajes simples o importantes —como

presidentes que se caen al bajar del avión— han divertido a muchos espectadores. Durante el siglo XVII, Thomas Hobbes ya había señalado este aspecto de lo cómico resultante de la incongruencia y lo inesperado. «Ver caer a otro, predispone a reír»,[104] decía, recordándonos que las situaciones más simples de la vida se prestan a la risa.

Para los lacanianos, la risa también recuerda a la alegría del saber y el goce entendido como una *j'ouis-sens*.[105] Según Jacques Lacan, lo cómico nace de la «relación de la acción con el deseo y su fracaso en alcanzarlo». La dimensión cómica surge de la presencia de «un significante escondido en su centro» y, sobre todo, hace referencia al falo, considerado como omnipresente en las preocupaciones humanas. La perspectiva lacaniana también toma en consideración la risa que se desencadena para huir de una situación de sufrimiento o de fracaso. Desde este punto de vista, reímos para intentar volver a una situación inicial de placer y de éxito. La carcajada nace de vencer el sentimiento de angustia y esto se inscribe en la teoría del alivio, propia de la perspectiva freudiana.

Aspectos psicológicos del humor y de la resiliencia

Hacia mediados del siglo XX, muchos psicólogos analizaron el humor como un elemento importante en la construcción psíquica y el desarrollo del sujeto sano. Abraham Maslow,[106] en su teoría de las necesidades, describe a personas que, habiendo llegado a la cima de la pirámide, al estadio de *realización personal*, se caracterizan por un humor que se dirige hacia los demás. Su visión del humor altruista refuta las formas de hostilidad y también el llamado humor de superioridad, y defiende formas de humor esencialmente positivas hacia los otros. De igual forma, Gordon Allport,[107] en el marco de sus trabajos sobre la personalidad, ve el humor (asociado a la perspicacia) como algo esencialmente benévolo. Su teoría describe el humor como uno de los seis criterios fundamentales determinantes para la salud psicológica. Recordemos que los seis criterios establecidos por Gordon Allport son la conciencia extendida de uno mismo, de las relaciones cercanas con los otros, la seguridad emocional o la aceptación de uno mismo, una visión realista del mundo, una filosofía integradora de la vida y, para terminar, la perspicacia y el humor.

Hoy en día, la perspectiva psicodinámica del humor, inspirada por el psicoanálisis freudiano, propone un análisis esencialmente centrado en

el uso del humor en términos de mecanismo de defensa, tomando como referencia los trabajos de Anna Freud.[108] Los mecanismos de defensa son el conjunto de operaciones cuya finalidad es la de reducir la angustia, al actuar sobre todo aquello que pueda poner en peligro la integridad y la constancia del individuo biopsicológico. Anna Freud mostró su variedad e indicó cómo la intención defensiva puede valerse de las actividades más diversas (fantasía, actividad intelectual) y de qué modo «la defensa puede alcanzar todo aquello que pueda causar emociones, situaciones, exigencias del superyó, etcétera».[109] Los mecanismos de defensa son procedimientos físicos al menos parcialmente inconscientes que permiten sobre todo disminuir la ansiedad y la depresión; de forma más general, permiten reducir las manifestaciones del sufrimiento causado por traumas. Entre los mecanismos de defensa, el sentido del humor se presenta como uno de los mecanismos mejor adaptados. De acuerdo con la definición de Serban Ionescu,[110] «Según la definición aportada por Freud, el humor consiste en presentar una situación vivida como algo traumático para extraer de ella los aspectos placenteros, irónicos e insólitos. Sólo en este caso (el humor aplicado a uno mismo) se puede considerar un mecanismo de defensa». Desde este punto de vista, el humor defensivo se percibe esencialmente a partir de sus modalidades positivas para el sujeto, una forma de protección psíquica que, sobre todo, toma la forma de la autoparodia. ésta, hay que recordarlo, casi siempre es la más atractiva y socialmente tolerable, lo cual contribuye a darle un espacio privilegiado entre los recursos psíquicos humanos.

El psiquiatra psicoanalista americano George Vaillant clasificó el humor entre los mecanismos de defensa, concretando que se trata de un mecanismo maduro y adaptado. Es decir, una de las defensas no patológicas y específicas del desarrollo adulto. Según él, se trata de «un mecanismo tan sutil y elegante que las palabras no bastan para describirlo».[111] Según este autor, el sentido del humor forma parte del registro de las defensas llamadas maduras, igual que la creatividad, la intelectualización, el altruismo o la sublimación. En cuanto que mecanismo defensivo, se caracteriza por el hecho de ser producto de una activación automática, principalmente independiente de la voluntad del sujeto. George Vaillant se alinea con el punto de vista freudiano. También recuerda que el humor como mecanismo de defensa debe diferenciarse de sus otras formas de expresión en la vida cotidiana.

De hecho, en la vida cotidiana, podemos practicar el humor como una

actividad autotélica, por el mero hecho de distraernos o de divertir a los otros. Pero, frente a situaciones muy dañinas y potencialmente traumáticas, la actitud humorística también puede ayudar a protegerse de la efracción psíquica. Únicamente en este segundo caso, podemos hablar de mecanismo de defensa mediante el humor. Normalmente se expresa mediante la autoparodia. No obstante, veremos que otras formas de humor distintas de las que pasan por la autoparodia también pueden contribuir a la protección de los sujetos en peligro.

Desde la perspectiva psicodinámica, podemos entender los mecanismos de defensa en un sentido amplio, por ejemplo, según la definición de Alain Braconnier que considera que «la noción de mecanismo de defensa engloba todos los medios utilizados por parte del yo para dominar, controlar, y canalizar los peligros internos y externos».[112] Desde este punto de vista, el humor se puede considerar como un mecanismo de protección particularmente rico y completo. La variedad de sus posibilidades de expresión puede ayudar al sujeto a atenuar los riesgos internos y externos. En este sentido, podemos decir que corresponde a un mecanismo que apuntala y adaptativo.

Recordemos que la resiliencia[113] es un proceso dinámico en el que las influencias del entorno y los recursos del individuo interactúan para permitir que una persona enfrentada a una adversidad significativa se desarrolle protegiéndose de las secuelas de los traumas. En la dinámica de la resiliencia, los factores internos y externos se unen para participar en este proceso. Así, la existencia de un proceso de resiliencia puede entenderse a partir de un análisis centrado en la exploración de los recursos intrapsíquicos, cognitivos y conductuales del individuo, y de sus posibles particularidades: mecanismos de defensa, características de la personalidad, aptitudes cognitivas, relacionales, etcétera. Pero el proceso de resiliencia también se basa en los apoyos socioafectivos que el individuo tiene en su entorno afectivo y comunitario: apoyo familiar, vínculos amorosos, de amistad, sociales, etcétera. Desde el punto de vista psíquico, el proceso de resiliencia puede ser analizado según dos fases principales[114] que corresponden a la superación de los traumas y su integración. La primera etapa es la de la protección psíquica cuando el sujeto se enfrenta al peligro, mientras que la segunda etapa corresponde más a la elaboración y a la reconstrucción.

Entre los recursos que ayudan a construir un proceso de resiliencia, el

humor tiene un papel destacado. Puede verse como un recurso creativo que ofrece apoyos a la vez intrapsíquicos, psicoafectivos y socioconductuales. Frente a la adversidad y la amenaza de la muerte psíquica o física, representa un impulso vital.

En situaciones de gran adversidad, el humor puede ser un *mecanismo salvador* tal y como lo presenta el paidopsiquiatra y psicoanalista Michel Lemay.[115] Los mecanismos salvadores son procesos defensivos a los que pueden recurrir las personas resilientes para protegerse del sufrimiento, en concreto cuando se encuentran en contextos traumáticos duraderos. Es decir, cuando están en peligro durante largos períodos, como es el caso, por ejemplo, de situaciones de maltrato dentro de la familia o de reclusión (campos de concentración, prisiones). Estos mecanismos de supervivencia son típicos de una entrada en el proceso de resiliencia y específicos de la primera fase del mismo.

Frente a contextos de supervivencia psíquica, los individuos con sentido del humor pondrán a trabajar sus capacidades para conseguir reírse en una situación que perciben como amenazadora y peligrosa. Según los casos, las dimensiones del humor utilizadas corresponden a una modalidad agresiva (burla, denigración, sarcasmo), o bien, por el contrario, a una modalidad empática o marcada por una ausencia manifiesta de hostilidad (bromas, autoparodia) con el objetivo de divertir o desviar la atención. Se trata, en todos los casos, de encontrar una respuesta que proteja y reduzca las tensiones. Esta forma de adaptación a las dificultades puede pasar por un bloqueo de las emociones y por el distanciamiento de los sentimientos negativos (miedo, angustia). La actitud humorística actúa como una modalidad protectora y produce un cambio cognitivo y afectivo frente a la situación amenazadora, convirtiéndola así en menos peligrosa para la percepción del sujeto.

El humor ofrece la posibilidad de explorar alternativas en respuesta a situaciones de peligro y reduce las consecuencias afectivas negativas de una amenaza real o que se percibe como tal. Se trata de una medida defensiva, por una parte, debido al hecho mismo de encontrar placer humorístico en una situación de gran adversidad, contribuyendo a reducir las reacciones emocionales negativas; por otra parte, el uso del humor tiene como consecuencia el cambio de la situación generadora de tensiones (por ejemplo, desviando la atención), lo que puede disminuir

la carga mórbida.

Desde el punto de vista intrapsíquico, el humor no sólo participa de la protección del individuo durante el momento de peligro, sobre todo mediante el distanciamiento de las emociones negativas que le ayudan a armarse frente a la efracción psíquica, sino que también puede favorecer los reordenamientos psíquicos ulteriores, durante la fase de elaboración de los traumas. Además, el humor facilita las relaciones sociales y contribuye a tejer o a consolidar una red de apoyo que puede ayudar al herido a protegerse y a reconstruirse. En el marco de un recorrido resiliente, el apoyo del humor es múltiple. La actitud humorística no puede ser considerada solamente como un mecanismo de defensa, sino también a partir de sus implicaciones relacionales y psicoafectivas. Estos diferentes recursos son las competencias que participan en la actitud proactiva típica de los procesos de resiliencia.

Entre los recursos que ayudan a la persona herida a construir su camino hacia la resiliencia, el humor ocupa un lugar importante y original. Es un instrumento de lucha contra la alienación que ofrece múltiples funciones, no sólo protectoras, sino también elaboradoras. El uso de la burla puede instalarse desde la primera etapa (la del enfrentamiento con el peligro) o bien llegar más tarde, después de cierta maduración. Se presenta como una cualidad psíquica salutógena que actúa como conexión entre los aspectos intrapsíquicos, socioafectivos y conductuales.

En ciertos sujetos resilientes, el humor es un fenómeno que podemos observar de forma constante a lo largo de sus vidas. Parece formar parte de las cualidades psíquicas de su personalidad desde hace mucho tiempo. No obstante, en otros casos, el recurso al humor puede aparecer de forma intermitente durante el camino hacia la reconstrucción, después de un enfrentamiento con los desafíos traumáticos. El humor puede surgir en diferentes momentos y bajo diferentes formas entre los procesos defensivos que apoyan el recorrido vital de las personas resilientes. La aptitud del humor es una característica típicamente humana que ofrece diversas facetas. Por este motivo, para combatir los efectos dañinos de las amenazas psíquicas, los sujetos resilientes recurren a una variedad de expresiones de lo cómico: autoparodia, humor negro, humor empático o sarcástico, y también al humor agresivo o incluso ofensivo contra el agresor.

Notas

71. Rabelais, F. [1532], «Pantagruel», en *OEuvres complètes*, col. Bibliothèque de la Pléiade, Gallimard, París, 1994.

72. Desproges, P., *Vivons heureux, en attendant la mort*, Seuil, París, 1983.

73. Freud, S. [1919], *L'Inquiétante Étrangeté et autres essais*, col. Folio Essais, Gallimard, París, 1985.

74. N. de T.: *Horrificque*.

75. Ionescu, S.; Jacquet, M. M. y Lhote C. [1997], *Les Mécanismes de défense. Théorie et clinique*, col. Cursus, Armand Colin, París, 2005.

76. Semoun, É., *Je grandirai plus tard*, Flammarion, París, 2013.

77. Documental con Bob Cilman, fundador de la coral Young @Heart, filmado por Stephen Walker, 2008.

78. Beaumarchais, P.-A., *Le Barbier de Séville*, 1775.

79 . Klatzmann, J. [1998], *L'Humour juif*, col. «Que sais-je?», nº 3370, PUF, París, 2009.

80. Minois, G., *Histoire du rire et de la dérision*, óp. cit.

81. Cyrulnik, B., *Mourir de dire. La honte.* Odile Jacob, París, 2010.

82. Cousins, N., Comment je me suis soigné par le rire, col. Petite Bibliothèque Payot, Payot, París, 2003.

83. Cousins, N., *Anatomy of an Illness as Perceived by the Patient*, W. W. Norton & Co, Nueva York, 1979.

84. Seligman, M. E. P. y Csikszentmihalyi, M., «Positive psychology», en *American Psychologist*, nº 55, s/3, s/l, 2000, págs. 5-14.

85. Rogers, C., *Le Développement de la personne*, Dunod, París, 1961.

86. Maslow, A. [1964], *L'Accomplissement de soi. De la motivation à la plénitude*, Eyrolles, París, 2004.

87. Gable, S. y Haidt, J., «What (and why) is positive psychology?», *Review of General Psychology*, vol. 9 (2), APA Division 1 (Society for General Psychology), s/l, 2005, págs. 103-110.

88. Jorland, G. y Berthoz, A. (ed.), *L'Empathie*, óp. cit.

89. Lecomte, J. (dir.), *Introduction à la psychologie positive*, Dunod, París, 2009.

90. Cottraux, J., *La Force avec soi. Pour une psychologie positive*, Odile Jacob, París, 2007.

91. Ruch, W., «Assessment of appreciation of humor: Studies with the 3 WD humor test», en Spielberger, C. D. y Butcher, J. N. (ed.), *Advances in Personality Assessment*, vol. 9, Lawrence Erlbaum, Hillsdale, NJ, 1992, págs. 27-75.

92. Lefcourt, H. M., Humor: *The Psychology of Living Buoyantly*, Kluwer Academic/Plenum Publishers, Nueva York, 2001.

93. Martin, R. A., «Sense of humor and physical health: Theoretical issues, recent findings, and future directions», en *Humor: International Journal of Humor Research*, 17 (1-2), s/e, s/l, 2004, págs. 1-19.

94. Kuiper, N. A.; Grimshaw, M.; Leite, C. y Kirsh, G., «Humor is not always the best medicine: Especific components of sense of humor and psychological well-being», en *Humor: International Journal of Humor Research*, vol. 17 (1-2), s/e, s/l, 2004, págs. 135-168.

95. Fortin, B., «L'humour et la santé: une relation drôlement complexe», en *Psychologie Québec*, vol. 9, 2004, págs. 35-38.

96. Scheier, M. F. y Carver, C. S., «Effects of optimism on psychological an physical well-being: Theoretical overview and empirical update», en *Cognitive and Therapeutic Research*, vol. 16, 1992, págs. 201-228.

97. Freud, S., «Humour», *International Journal of Psychoanalysis*, vol. 9, s/e, s/l, 1928, págs. 1-6.

98. Freud, S., *Le Mot d'esprit et sa relation à l'inconscient*, op.cit.

99. Freud, S., «Humour», art. cit.

100. Ibíd.

101. Ibíd.

102. Breton, A. [1940], *Anthologie de l'humour noir*, en *OEuvres complètes*, col. Bibliothèque de la Pléiade, Gallimard, París, 1992.

103. Lacan, J., «Les Psychoses», en *Séminaire*, vol. III, Seuil, París, 1981.

104. Hobbes, T. [1640], *De la naturaleza humana*, capítulo IX, 13.

105. N. de T.: neologismo que mezcla «goce», «oigo» y «sentido».

106. Maslow A., *Motivation and Personality*, Harper, Nueva York, 1954.

107. Allport G. W., *Pattern and Growth in Personality*, Holt, Reinhart y Winston, Nueva York, 1961.

108. Freud A. [1936/1949], *Le Moi et les Mécanismes de défense*, PUF, París, 1978.

109. Laplanche, J. y Pontalis, J.-B. [1967], *Vocabulaire de la psychanalyse*, PUF, París, 1976.

110. Ionescu, S.; Jacquet, M. M. y Lhote, C. [1997], *Les Mécanismes de défense. Théorie et clinique*, óp. cit.

111. Vaillant, G. E. [1993], *The Wisdom of the Ego*, Harvard University Press, Cambridge, MA, 2000.

112. Braconnier, A., *Psychologie dynamique et psychanalyse*, Masson, París, 1998.

113. Cyrulnik, B. y Jorland, G. (eds.), *Résilience. Connaissances de base*, Odile Jacob, París, 2012.

114. Anaut, M., *La Résilience. Surmonter les traumatismes*, óp. cit.

115. Lemay, M., «Rôle des déterminants affectifs et familiaux», en Cyrulnik, B. et al., *Ces enfants qui tiennent le coup*, Hommes et perspectives, Revigny-sur-Ornain, 1998, págs. 27-44.

5. El humor comprometido

El humor negro, entre la impertinencia y la crueldad

Lejos de las consideraciones empáticas y altruistas del humor, en el caso de ciertas bromas o expresiones cómicas parece que cuanto más malvado, más divertido. Ésta es precisamente la especificidad del «humor negro», cuyo carácter impertinente e irreverente constituye su principal fundamento. Aunque nos hayamos acostumbrado mucho a esta expresión, no fue hasta mediados del siglo XX que el poeta y escritor surrealista André Bretón inventó este concepto. Esta apología de la ironía corrosiva parece recordarnos que la distinción entre un humor positivo y uno negativo es muy discutible. Según este poeta surrealista, convertir la vida cotidiana en algo risible consiste en hacer referencia a lo familiar y lo real, pero convirtiéndolo en surreal. De ello, deduce que el humor (negro) es una forma de percibir el mundo a partir del surrealismo. Según André Breton, el humor es un medio que tiene el ser humano para defenderse de lo absurdo del mundo; desde este principio, el humor agresivo e impertinente es excusable, o al menos aceptable.

Según la definición del diccionario de lengua francesa *Le Robert*, el humor negro es una «forma de humor que explota temas dramáticos y extrae sus efectos cómicos de la frialdad y del cinismo». Esta forma de humor permite a alguien reírse de la desgracia o de la desesperación de una persona burlándose de sus vejaciones, algo propio de la risa *ad hominem*. Puede adoptar formas más o menos agresivas mediante la denigración, la burla y la mofa, y a veces la blasfemia. En consecuencia, podemos decir que la burla displicente, la sátira y la caricatura forman parte del humor corriente, igual que las formas más suaves y sutiles de las actitudes cómicas.

Un ejemplo de humor negro es la película *Night on Earth* de Jim Jarmusch, de 1990, con Roberto Benigni en el papel de un taxista muy efusivo y alegre que circula por las calles de Roma. Cuando un viejo sacerdote católico sube a su taxi, el taxista insiste en confesarse y se pone a explicarle detalladamente sus locuras sexuales. El taxista se deja llevar por el relato exaltado de sus emociones de lujuria y no se da cuenta de que el viejo sacerdote muere de un ataque al corazón en el asiento de detrás. Convencido de que ha matado al sacerdote con sus historias, abandona al muerto en un banco público de forma tan piadosa

como cínica. La distancia ficticia permite que esta historia sea divertida, con sus elementos imprescindibles de humor negro vinculados a la sexualidad, la vejez y la muerte, sin olvidar una buena dosis de anticlericalismo irreverente.

Eh aquí otro ejemplo de humor negro, esta vez sobre el tema de la suegra, objeto predilecto de muchas bromas populares: «Un tipo se cruza con uno de sus amigos por la calle. —Hola, Albert, ¿cómo te va? — Bueno, mira, mi suegra murió la semana pasada... —Oh, ¿¡pero qué me dices!? ¿Tenía algo? —No mucho: una mesa, un aparador...». Esta historia, que circula en diferentes versiones, muestra como el cinismo y la provocación, muy frecuentes en el corazón del humor negro, juegan con la relación angustiosa con la muerte, asociada aquí al deseo implícito de la eliminación de la suegra.

En la línea de André Breton —que había leído la obra de Sigmund Freud a la que hace referencia—, podemos decir que el humor negro participa en la protección de los sujetos. Es una forma que tienen las personas de intentar defenderse contra el absurdo del mundo y sus contradicciones amenazadoras, otorgándoles un sentido. Es una manifestación de libertad e independencia que se sitúa en la filiación del pensamiento hegeliano. La diversión puede venir de la burla más o menos agresiva hacia un individuo o una comunidad cuyas particularidades se elevan a la categoría de estereotipo ridiculizado y risible. Además, el registro hostil y cruel de la burla en el humor negro puede ser más o menos intenso. Puede tener varios grados en la intención agresiva, desde la malicia a la burla bondadosa, la burla cínica, el sarcasmo o la sátira cruel.

Encontramos ejemplos de este último tipo de humor (sátira cruel) en las bromas y los juegos de palabras con connotaciones xenófobas que no dudan en hacer ciertos políticos. De igual modo, algunos humoristas y autores de panfletos abiertamente racistas gustan de este tipo de humor cruel. De todas maneras, en el marco de los comportamientos de burla y denigración extrema, la intención de humillar a la persona objeto de la burla a veces es tan clara que puede sobrepasar los límites del registro del humor para mostrar un comportamiento ante todo agresivo y lleno de odio.

Pero, ¿no es, sobre todo, el aspecto contextual el que permite diferenciar si un humor debe ser considerado positivo o nefasto? ¿O si es apropiado

o no en un contexto social y humano determinado? De hecho, podemos considerar que no hay nada absoluto por lo que respecta a las formas buenas o malas de lo cómico. El humor depende de factores relacionales y contextuales. De modo que su aspecto cómico se desprende de la forma en que es percibido y recibido por parte del destinatario, y no sólo de la intención del autor. Para que sea percibido como algo divertido, una broma siempre requiere la complicidad de un tercero. Por este motivo podemos observar que ciertas bromas basadas en la denigración cruel no siempre son consideradas divertidas por los receptores; pierden su sabor cómico al mostrar demasiado la hostilidad manifiesta del autor. A veces incluso ocurre que el que hace uso de esta forma de humor a ultranza queda marginado. Así, en función de las características del emisor de una broma y del contexto, el carácter negativo o benévolo puede cambiar de connotación y transformarse en humor agresivo o participar de la autoparodia. En efecto, una gran parte de la diferencia puede marcarla la identidad y la intención del narrador.

Joseph Klatzmann, en su obra sobre el humor judío, dudó en clasificar en el registro de la autoparodia ciertas historias. De hecho, parece que ciertas historias en un principio antisemitas fueron recuperadas y subvertidas por parte de los judíos que, al exagerar al máximo los estereotipos, neutralizaron su aspecto negativo. El uso intensivo de la hipérbole y el hecho de que la narración haya sido reutilizada por personas judías han conseguido destruir el aspecto racista de ciertas bromas antisemitas. Parece entonces que de forma paralela a quién la explica y a cómo se explica, una misma historia divertida puede o no tener una connotación agresiva y xenófoba.

También podemos encontrar una muestra del mismo fenómeno en esta historia contada por el humorista Popeck: «Mi mujer me ha dicho: “Hace 20 años que estamos casados, nunca me has comprado nada”. Yo le he respondido: “¡Pero nunca me has dicho que tenías algo para vender!”». Esta historia contada por un miembro de la comunidad judía forma parte del registro de la autoparodia y se entiende bien irónicamente. No habría sido lo mismo si la hubiera contado un antisemita para resaltar los estereotipos de avaricia supuestamente judíos, esta vez con intención de denigrar y por racismo. Podemos hacer esta misma lectura de la película de Roberto Benigni *La vida es bella*, una comedia que trata humorísticamente el delicado y trágico tema de la deportación a un campo de concentración.

Por tanto, un mismo tema tratado mediante la burla no tiene el mismo efecto dependiendo del contexto en el que se inscribe y en función de quién lo produce y a quién se dirige. En el mismo sentido, hemos podido observar que las caricaturas sobre personajes religiosos o sagrados no son consideradas humorísticas por parte de las personas religiosas. Cierto número de dibujantes han sufrido las consecuencias de esto en los últimos años, lo que demuestra que las censuras existentes en el pasado y que condujeron a los panfletarios a la cárcel de la Bastilla aún están muy vivas.

Coluche: la autoparodia altruista y la melancolía

«Soy capaz de lo mejor y de lo peor. Pero, ¡soy el mejor en lo peor!», decía Coluche. Este actor y humorista francés se presentaba de buen grado como un payaso que, aseguraba él, quería ante todo distraer. Este artista burlón demostró a menudo tener un humor irreverente, situándose a veces en el límite de lo vulgar. Muchas veces mezcló provocaciones verbales y de comportamiento mediante bromas bufonescas y payasadas. El *sketch* de Coluche que lo hizo famoso, *Ésta es la historia de un tipo*, cuenta precisamente (mejor dicho, intenta contar sin éxito) una historia divertida. De hecho, consiguió hacer reír con la absurda dificultad de contar una historia divertida y hacerse entender por parte del auditorio, todo ello apoyado en un personaje que parece no tener carisma.

Aunque el humor de Coluche es innegable y ha hecho reír a muchas generaciones, sus *sketches* no son inocentes y solamente recreativos. Su inspiración se nutre en gran parte de su propia vida. «No soy un nuevo rico, ¡soy un antiguo pobre!», decía. En efecto, Coluche venía de una familia muy modesta que había conocido la precariedad. Su padre, inmigrante italiano, murió cuando él tenía tres años; Coluche y su hermana fueron educados por su madre, que trabajaba en una floristería. De muy joven, dejó la escuela y descubrió los placeres de los trabajos precarios antes de convertirse en actor de café-teatro y empezar una carrera de cómico que lo hizo célebre y le permitió vivir de sus talentos como artista. Además, sensibilizado por su pasado de «antiguo pobre», se sirvió de su talento y notoriedad para hacer reflexionar sobre las precariedades sociales y la necesidad de ayudar a los más precarios y excluidos. También participó en campañas de SOS Racismo durante los años 1980. De igual modo, en el marco de sus espectáculos cómicos,

encarnó a personajes racistas ridiculizados, para denunciar mejor la xenofobia y la intolerancia.

En paralelo a su vida de artista y actor, parece que basculó entre compromisos políticos «de risa» e intentos más serios de tomar posición políticamente. Incluso fue candidato a las elecciones presidenciales de 1981, intento que abandonó debido a diversas presiones, a pesar de que los sondeos eran muy esperanzadores. Podemos ver que no es el único humorista que ha intentado la aventura de las elecciones presidenciales. Antes que él, en 1965, Pierre Dac también se presentó para luego retirarse. Más recientemente (2013) en Italia, el humorista Beppe Grillo, candidato a las elecciones legislativas, obtuvo un resultado nada despreciable. Contra toda intuición, el humor y la política parecen tener algo en común. De todos modos, podemos dudar del hecho de que un antiguo humorista pueda conservar una actitud humorística y, al mismo tiempo, tomarse seriamente la política.

Sea como sea, el deseo de Coluche de ayudar a las personas en situaciones precarias se concretó con la creación de los *Restos du Coeur*, operación lanzada en 1985. Lo que él llamó un «comedor gratuito», y que debía ser algo temporal, se convirtió luego en una asociación de caridad encargada de recolectar cada invierno productos alimentarios y distribuirlos entre los más desfavorecidos. Su acción siguió desarrollándose y continúa hoy en día en Francia. Podemos decir que este cómico agitador, excéntrico, a menudo grosero y siempre provocador consiguió dejar, tras su muerte accidental a los 42 años, una obra humorística importante reforzada por una obra social igualmente loable.

La biografía de Coluche muestra que, detrás de la fachada de payaso y de cómico provocador, se escondía un hombre sensible y herido. En efecto, luchaba contra tendencias depresivas que lo amenazaban, y era adicto al alcohol y a las drogas. ¿Era resiliente? La respuesta a esta pregunta debería tener en cuenta su extraña trayectoria. No obstante no cabe duda de que el humor fue para él una modalidad defensiva cuyas cualidades adaptativas pueden ser estudiadas. Su vida y la de otros humoristas o artistas cómicos, pero también la de numerosas personas desconocidas, muestran relaciones estrechas y ambiguas entre el humor y la melancolía.

El humor comprometido, un arma de libertad

Según Hegel, el humor es la máxima manifestación de la necesidad de independencia de la personalidad. En el siglo XVIII, el escritor irlandés Jonathan Swift utilizó la sátira para denunciar la pobreza en Irlanda en comparación con los ingleses más adinerados. En uno de sus escritos, explica doctamente cómo se podría reducir el hambre en Irlanda si los ricos ingleses se comieran a los niños pobres irlandeses. Propuso un análisis técnico sobre el ahorro que se conseguiría de esta forma y cantó las virtudes como alimento de los bebés irlandeses, que, según él, eran «una comida completamente sustancial y sana, asada o hervida, macerada o incluso al horno». André Breton, en su antología del humor negro, rindió homenaje a Jonathan Swift citando este panfleto que él consideraba como el primer escrito precursor del humor negro.

Encontramos un tema similar, en forma de un relato de viajes, en la novela de Mark Twain *Canibalismo de viaje*. Esta novela relata los recuerdos de un hombre que explica a un joven cómo, para sobrevivir mientras estaba atrapado en un tren y sin comida con otros pasajeros, decidieron comerse por turnos a algunos de entre ellos. De todos modos, explica que prepararon este acto de antropofagia de forma totalmente democrática. Votaron, pero no sin antes haber discutido cruelmente las cualidades nutritivas de unos y otros, y propuesto muchas enmiendas para finalmente elegir a los mejores candidatos, es decir, los más suculentos. Al final de la novela, el narrador da a entender que quizás todo había sido el delirio de un desdichado desequilibrado y no la proeza de un caníbal ocasional. De hecho, el autor se divierte escandalizando al espectador al dejar la duda en el aire hasta las últimas páginas. Para Mark Twain, se trata de divertir al lector provocándolo con el relato de esta práctica (el canibalismo), que representa el tabú supremo en los seres humanos. En realidad, se trata sobre todo de volvernos más sensibles a las derivas sociales, burlándonos de la desviación de las prácticas democráticas. El relato utiliza el humor a distintos niveles —Mark Twain se burla del joven espectador ingenuo tanto como del viejo y de la parodia democrática—, y los lectores invitados a participar en esta farsa deben tomarse todo el conjunto con mucha ironía.

Muchos otros autores han recurrido al humor para denunciar las costumbres sociales o las injusticias a través de novelas que relatan situaciones inventadas y, por lo tanto, ficticias. Pero ¿qué pasa cuando el humor trata de situaciones traumáticas como genocidios o dictaduras?

¿Cómo puede conciliarse la emoción provocada por la evocación de estas tragedias tan reales con su tratamiento humorístico? A primera vista, surge la tentación de considerar que éstos son los límites del uso de la burla. Ahora bien, parece que, incluso en las situaciones más extremas, el humor encuentra el modo de expresarse. Permite exponer una forma de creatividad que libera energías positivas, sublima el terror y la angustia al cambiar y convertir la representación de lo real obsceno en una representación, quizás no totalmente controlable, pero por lo menos aceptable. Como subrayó Sigmund Freud, éste es un mecanismo de defensa sublime y elevado. Pero ¿gracias a qué proceso se convierten los sentimientos desagradables (angustias, miedos) en placer? Para intentar responder a esta cuestión, se pueden explorar distintas modalidades de expresión del humor.

Aparte de su función recreativa, el humor presenta muchas facetas distintas. Las aptitudes humorísticas son una ventaja relacional que favorece la comunicación y la socialización. En el plano relacional, es un instrumento de seducción que puede usarse para consolidar filiaciones sociales o construir otras nuevas. Desde el punto de vista psicoafectivo, sean cuales sean sus modalidades (agresivas, denigrantes o benevolentes), el humor tiene la función de asegurar el hecho mismo de compartir la alegría con los otros. El hecho de reír juntos expresa la alegría y la seguridad psíquica producto de la cohesión social del grupo.

El humor permite adaptarse a condiciones amenazadoras o estresantes en situaciones de inseguridad cotidiana, pero también sobrevivir a contextos de peligro extremo. Se puede estudiar a partir de sus funciones protectoras, sobre todo cuando se utiliza como instrumento de defensa contra la angustia. No obstante, aunque permita protegerse gracias al distanciamiento humorístico, también puede tener una función ofensiva, es decir, de ataque contra la fuente de sufrimiento. Puede servir de arma contra las personas o sistemas causantes de las heridas o frustraciones. De este modo, coincide con las funciones agresivas de la burla. Puede consistir en burlarse del enemigo, torturador, agresor, agrediéndolo simbólicamente. El humor llamado de superioridad también encuentra aquí su lugar ya que, sea o no acertado hacerlo, burlarse de alguien puede aportar seguridad: encontrar a alguien que está peor que tú también permite (re)valorizarse degradando a otro.

Chaplin, Benigni y Gary... El humor contra el nazismo

En una escena de la película *El gran dictador*, Charlie Chaplin —que encarna el personaje del dictador Hynkel— grita órdenes con un aire severo y autoritario. Da algunos pasos y... tropieza con la alfombra. Trastabilla torpemente y queda tendido lastimosamente en el suelo. La risa aquí surge de lo cómico de la dislocación entre la escena pretendidamente solemne y autoritaria del dictador en plena acción de propaganda nazi y su torpeza, que muestra a un personaje estúpido y vulnerable. La caída contribuye a quitarle toda su prestancia y pone de relieve su tontería, incluso su locura. El júbilo de los espectadores es producto también de esta posibilidad que se les ofrece, mediante la ficción cinematográfica, de burlarse de este dictador, que por otro lado en la realidad es poderoso y amenazador. El dictador mostrado por Charlie Chaplin pierde su credibilidad y algo de su poder maléfico, ya que ¿cómo puede uno tomarse en serio a ese dictador torpe, narcisista y ridículo? De igual forma, el personaje que encarna a Mussolini también se muestra como un hombre henchido de orgullo y risible.

Charlie Chaplin hizo una película satírica, pero también contestataria y subversiva, ya que se atrevió a burlarse de dos poderes políticos contemporáneos al estreno de la película (*El gran dictador* es del año 1940). Es, pues, un filme audaz que creó con la caricatura y la burla de Hitler y Mussolini, entonces en el poder, para denunciar la brutalidad y la locura del nazismo que se hallaba en plena expansión. Podemos decir que Charlie Chaplin hizo un poco el papel de bufón del rey en este filme panfletario, que realizó a pesar de las advertencias y la oposición de sus detractores.

Al interpretar tanto al barbero judío (ingenuo y empático) como al dictador (sanguinario y orgulloso), Charlie Chaplin juega con los malentendidos, cosa que también contribuye a hacer un poco menos terrorífico al personaje de Hynkel. De todos modos, no se trata simplemente de demoler mediante la risa el aspecto amenazador del dictador. Chaplin permitirá al pequeño barbero, doble del dictador, tomado por error por este último, pronunciar un discurso elogiando la democracia y la tolerancia. La película tenía como objetivo que los norteamericanos y los países que estaban lejos del nazismo tomaran conciencia. El personaje del dictador de Chaplin muestra la locura de una persona real, Hitler, y también la indiscutible amenaza del nazismo.

Se trata del uso de la burla con fines contestatarios, un humor políticamente comprometido.

Podemos interpretar los mensajes de la película de distintas formas. El hecho de que el director asuma los dos roles, el del barbero judío y el del dictador, permite insistir en los límites a veces tenues entre lo normal y lo patológico, y también es una forma de sugerir la proximidad que existe entre los hombres que pueden ser víctimas del verdugo, protectores o torturadores. Este filme tiende a demostrar que la diferencia entre las personas no es tanta como parece, sino que corresponde a los actos y a las ideologías.

En la película, Charlie Chaplin emplea su humor de forma comprometida. Provoca la risa no solamente para burlarse de la barbarie nazi, sino también para hacer reflexionar, como Jonathan Swift con su panfleto sobre Irlanda. De forma más general, Charlie Chaplin supo valerse de su arte para denunciar, mediante la parodia y la sátira, las injusticias sociales y la pobreza, sobre todo a través de su personaje recurrente del *tramp*, el vagabundo llamado Charlot. Vemos esta preocupación por provocar mediante la risa la reflexión sobre situaciones sociales precarias en muchas de sus películas, pero sobre todo en *El emigrante* y, por supuesto, en *Tiempos modernos*. En esta última, recurre a la burla para parodiar y denunciar el absurdo y la inhumanidad del trabajo en cadena. En un plano más personal, su propia historia, su infancia desfavorecida, está omnipresente como recurso creativo. Esto se ve claramente en la historia del niño huérfano en la película *The Kid*.

Charlie Chaplin, a propósito de *El gran dictador*, escribió más tarde en sus memorias: «Si hubiera conocido los verdaderos horrores de los campos de concentración, no hubiera podido hacer *El gran dictador*; no hubiera podido burlarme de la locura homicida de los nazis».

No obstante, algunas décadas más tarde, a finales del siglo XX, Roberto Benigni, director y actor italiano, hijo de deportados, también empleó el humor tragicómico en su película *La vida es bella* para tratar de los horrores del nazismo. Esta vez, se denuncia directamente la barbarie del holocausto y de los campos de concentración mediante un filme cómico. Ignorando la paradoja de tratar con humor un drama histórico, Benigni consiguió parodiar una situación eminentemente trágica, la de la deportación y el exterminio organizado en dichos campos. La película

usa lo cómico de distintas formas, por ejemplo, cuando el padre divierte y hace reír al niño con sus payasadas y le hace creer que su deportación es un juego. Intenta protegerlo de la horrible realidad de la amenaza de la muerte. También hace reír al espectador, a pesar del horror de las condiciones de la reclusión en los campos, mediante sus farsas que muestran lo absurdo y lo ridículo de la situación. Más allá de la aparente ligereza que da el humor, la película denuncia la dictadura, la guerra, el genocidio, lo arbitrario y el horror del nazismo.

Cuando se estrenó la película, dividió a la opinión pública y ciertas personas, a veces sin haberla visto, se inquietaron por el hecho de que se pueda tratar un tema así con humor. No obstante, al final, el filme fue unánimemente celebrado y recibió premios prestigiosos. El cineasta supo encontrar el término medio que permite reír a pesar del horror para denunciarlo.

Así, la película hace reír, pero ante todo emociona al espectador. Contribuye a hacer reflexionar sobre este período difícil de nuestra historia, tanto como otros filmes muy serios que también han tratado el tema. Igual que la película de Chaplin, la comedia parodia la tragedia para demostrar el absurdo de la guerra y la monstruosidad del nazismo. El humor hace más fácil plantear y compartir el recuerdo de aquel período, que fue un trauma para generaciones y pueblos enteros.

En la misma línea, la literatura propone relatos ficticios que utilizan el humor para sensibilizar al público sobre este período difícil de la historia. Entre estas novelas, hay que conceder un lugar particular al libro de Romain Gary, *La danza de Gengis Cohn*. Esta original novela denuncia el horror del holocausto recurriendo a la parodia y la ironía mordaz. Se trata de una novela un tanto atípica, con una escritura muy peculiar, que utiliza el humor negro como un instrumento de «agresión a mano desarmada». Pone en escena a un *dibbuk*, un fantasma, el de Gengis Cohn, un cómico judío asesinado por los nazis en 1944. Pero su particularidad irónica consiste en que, muchos años más tarde, persigue a su asesino, el ex-SS que dirigía su pelotón de fusilamiento. Como un *dibbuk* es un mal espíritu que posee a un hombre, el autor anuncia no sin ironía: «¡Hace 22 años que esconde a un judío dentro de él!».

Gengis Cohn, con su *dibbuk*, es un personaje truculento que permite a Romain Gary denunciar la barbarie de la *Shoah*.

El humor contra las dictaduras: Satrapi y Kundera

En contextos dañinos, el humor permite manifestar una forma de libertad y de transgresión frente a las atrocidades; muestra el carácter patético de las realidades más atroces. El individuo intenta escapar de la alienación amparándose en lo absurdo, lo insólito, mostrando lo ridículo e incongruente de las situaciones. Seguramente, es por este motivo que los Estados totalitarios siempre han intentado reprimir esta forma de libertad. Una mirada humorística sobre la sociedad y los poderosos parece ser la mejor garantía de la democracia. Por este motivo, al contrario, en el seno de las dictaduras no encontramos caricaturas de personajes políticos, ni marionetas como el guiñol (esta clase de marionetas no son algo moderno), ni por supuesto tampoco periódicos satíricos. Los sistemas totalitarios desconfían del poder subversivo del humor, y prohíben o limitan estrictamente estas formas de expresión.

Persépolis,[116] la novela gráfica en blanco y negro de Marjane Satrapi, recurre al distanciamiento de la parodia para plantear temas muy serios de la situación política y de las condiciones de las mujeres en Irán. La autora se inspiró en su propia historia personal para denunciar la pérdida de la libertad de expresión y las derivas posrevolucionarias en Irán, después de la caída del régimen del sha y de la ascensión al poder de los ayatolás. La novela gráfica —y luego la película basada en ella— propone una mirada irónica sobre la situación de Irán después de la Revolución Islámica. Marjane Satrapi construye un retrato divertido y crítico de la situación, contando las esperanzas y luego las decepciones de la población. El humor también tiene que ver con su posicionamiento: en efecto, el contexto político y las preguntas que plantea son presentados a través de la mirada falsamente ingenua de una niña. La película, basada en la novela gráfica, fue aclamada por la crítica y recibió muchos premios en Occidente, pero fue acogida de forma muy diferente en otras partes del mundo. Fue prohibida en Irán y también en muchos otros países. Su difusión en una televisión de Túnez en 2011 provocó importantes y violentos disturbios, orquestados por integristas que clamaban contra la blasfemia y pedían su prohibición.

En ciertos contextos sociopolíticos o religiosos, el humor transgresivo puede ser algo muy peligroso para quienes lo practican. Algunos pueden pagar caro el hecho de haber intentado bromear sobre temas considerados blasfemos, con una condena o con la cárcel, incluso sus

vidas pueden correr peligro. No obstante, los Estados totalitarios son terreno abonado para el humor. ¡Cuántas bromas surgen de estas situaciones! ¡Cuántas sentencias iconoclastas o sacrílegas circulan por las sociedades en las que reinan dictadores y tiranos de todo tipo! Las situaciones de opresión son particularmente propicias para la creación humorística. En la Segunda Guerra Mundial, durante la ocupación alemana, circulaban por Francia numerosas bromas contra los ocupantes. Este período fue especialmente fecundo en historias divertidas que permitían combatir simbólicamente el miedo y las angustias.

En pleno siglo XX, durante la hegemonía de la URSS en los llamados países del Este bajo dominio soviético, se desarrolló un abundante catálogo de historias sobre la situación. Muchas de aquellas historias ridiculizaban a los ocupantes rusos y el comunismo, otras bromeaban y se inspiraban en las condiciones de privación y las parodiaban. Un ejemplo: «Desde hace dos horas, Ivan hace cola frente a la panadería. Cansado, decide mentir: "Parece que en la tienda de enfrente se distribuye arroz gratis", les dice a sus vecinos, quienes corren hacia allí de golpe. Ivan queda satisfecho de su farsa, pero luego le queda la duda: "¿Y si es verdad?". Entonces se une a los otros».

En la novela *La broma*, de Milan Kundera,[117] el destino del héroe cambia a causa de una broma en forma de un juego de palabras sobre el marxismo. En efecto, el joven Ludvik comete el error de escribir en una postal enviada a la chica que quería seducir: «¡El optimismo es el opio de la humanidad! ¡El espíritu sano apesta a tontería! ¡Viva Trotski!». Estas palabras son suficiente para que este estudiante y activista comunista sea sospechoso de subversión, en una sociedad que está bajo el yugo del comunismo estatal de un país llamado *Moravia* (el régimen socialista checo). Sólo por haber osado bromear sobre las máximas comunistas, Ludvik es excluido del partido, también de la universidad y es alistado a la fuerza en el ejército en compañía de los opositores políticos y los enemigos de clase del régimen socialista. ¡No se bromea en las sociedades totalitarias! En este relato, se reconocen, a pesar de la transformación novelesca, elementos de la propia historia de Milan Kundera, en conflicto con los partidarios del comunismo impermeable al humor y a la autoparodia, durante su juventud en Checoslovaquia. Hay que decir que Milan Kundera consiguió, mediante la transposición de la ficción, reintroducir el humor en distintos niveles para reírse de la

deriva totalitaria del comunismo de Estado y también de su propia ingenuidad (encarnada por el protagonista). Podemos considerar que esta novela muestra las capacidades del autor para transformar una experiencia nefasta en creación artística, algo que puede formar parte de un proceso de resiliencia. Al mostrar lo absurdo y cómico de la situación, la experiencia negativa se convierte en fuente de inspiración creativa y es, por lo tanto, algo positivo.

La desconfianza hacia el humor puede estar causada por imperativos políticos, pero también por particularidades relacionadas con la personalidad. En el plano individual, la aversión por el humor puede adquirir distintas formas. Podemos distinguir, por una parte, las personas que no soportan el humor en ciertos ámbitos o contextos bien identificados y, por otra, las personas que nunca ríen, que no aprecian en absoluto lo que puede conducir a la alegría, sean cuales sean las circunstancias y los objetos de la risa. François Rabelais había denunciado a estos últimos. En efecto, sentía aversión por las personas que no saben reír, los tristes agelastas que se lo toman todo en serio. Sin duda, se refería sobre todo a aquellos tristes señores que habían pedido la prohibición de sus libros, ya que en sus obras todo podía ser objeto de broma e incitaba a tomarse la vida de forma optimista, ligera y divertida, independientemente de las dificultades de la existencia. Milan Kundera[118] tomó de Rabelais el término «agelasta» para designar a las personas que desprecian la risa. Él también tenía motivos personales para no apreciarlos, ya que fue víctima de los censores sin humor en su país natal, Checoslovaquia. Para Milan Kundera, los agelastas no sólo no se ríen, sino que también se distinguen por su conformismo y por lo que él llamó el *kitsch*. Según él, son personas que no tienen sentido del humor, pero también están convencidas de poseer la verdad absoluta. Los define así: «Ya que nunca han oído a Dios reírse, los agelastas están convencidos de que la verdad está clara, de que todos los hombres deben pensar lo mismo». Durante un discurso de agradecimiento por un premio literario,[119] el escritor exaltó las virtudes del humor —designado mediante el término antiguo de la risa—. Citó un proverbio judío: «El hombre piensa, Dios ríe»; y luego mencionó la obra de François Rabelais como representante, según él, de la primera gran novela, y alude implícitamente a la mitología griega diciendo: «Me gusta pensar que el arte de la novela vino al mundo como eco de la risa de Dios». Recordemos que la risa es algo propio de las personas, aunque podemos lamentar que ciertas personas parezcan resistírsele ferozmente. Algunos

de ellos incluso querrían privar a los demás de la risa, ya que ésta representa, a veces, la última libertad.

Notas

---

116. *Persépolis*, novela gráfica autobiográfica de Marjane Satrapi (L'Association, 2000-2003, 4 tomos); luego, película de animación de Vincent Paronnaud y Marjane Satrapi, estrenada en 2007.

117. Kundera, M. [1968], *La Plaisanterie*, Gallimard, París, 1985.

118. Kundera, M., *L'Art du roman*, Gallimard, París, 1986, págs. 194.

119. Milan Kundera, discurso de agradecimiento por el premio Jerusalén, en *Nouvel Observateur*, 10 de mayo de 1985.

6. El humor en el corazón del infierno

El humor como contrapoder: del gulag a las prisiones del IRA

«El humor refuerza nuestro instinto de supervivencia y protege nuestra salud mental»,[120] escribió Charlie Chaplin en sus memorias. El humor bajo todas sus formas de expresión puede participar en la protección de los individuos que sufren. Lo encontramos en los contextos más inesperados, en el seno de universos marcados por privaciones de libertad y por la deshumanización, como los del exilio forzado, la deportación y el encarcelamiento. En estas situaciones extremas, simboliza una tabla de salvación y una esperanza de libertad, por este motivo puede ser considerado un «humor de supervivencia».

El humor de supervivencia interviene en situaciones de gran peligro físico o psíquico. Se trata del humor empleado en situaciones en las que una persona (o un grupo) debe adaptarse a condiciones o a problemas que son extraordinarios (en el sentido etimológico de la palabra), es decir, fuera de lo común. A menudo, cuando las personas se enfrentan a contextos extremos o amenazadores para su vida, tienden a desarrollar un humor ofensivo. Una característica de la expresión de este fenómeno en un contexto de supervivencia observada frecuentemente es el desarrollo del humor negro, a veces obsceno, ritual, absurdo, agresivo o incluso sádico. Puede tener el objetivo de mostrar una hostilidad burlona hacia la situación o el agresor. De todos modos, una mirada humorística sobre uno mismo, mediante la autoparodia, también puede estar presente en los contextos de gran peligro y de supervivencia.

En el universo de los campos de concentración, el humor representa a veces la única libertad que queda cuando todas las otras han desaparecido. Puede suponer un factor de protección/transgresión para las personas encarceladas. Todas las muestras de humor, incluso cuando son abiertamente agresivas, denigrantes y hostiles, pueden ser modos de protección en estos contextos extremos que ponen en juego la supervivencia física y psíquica de las personas. Los lugares más miserables, las situaciones de encierro y de tortura, dejan a veces filtrar una risa negra que se apoya en una autoparodia cruda, producto de una visión mordaz de las condiciones de privación de libertad. En estos contextos extremos, el ser humano intenta demostrar el absurdo y la comedia en el seno de lo arbitrario y de la crueldad. Así, el humor forma

parte de la expresión de un contrapoder.

Una de las historias que circulan sobre los prisioneros de los gulags ilustra la burla de sí mismo en relación a la omnipresente amenaza, para todos y para cada uno, durante la época soviética: ser enviado a un campo de concentración. «Tres rusos que están en un gulag se cuentan por qué han sido condenados. Uno dice: "Yo llegué 5 minutos tarde, entonces me acusaron de sabotaje"; otro añade: "Yo, 5 minutos antes y me acusaron de espionaje"; y el tercero dice: "Yo llegué a la hora y me acusaron de haber comprado mi reloj en Occidente"». Esta divertida historia, aparentemente banal, en realidad resume la famosa «peligrosidad social», esa idea borrosa que explica las razones arbitrarias de la deportación de muchas personas acusadas de ser «disidentes». En su obra *Archipiélago Gulag*, Aleksandr Solzhenitsyn se sirvió un poco de la distancia humorística para intentar amortiguar la dureza de los testimonios de las atrocidades vividas por los prisioneros en los campos de la ex Unión Soviética y así conseguir narrar lo insoportable.

En la misma línea, podemos mencionar la historia del irlandés Sam Millar, antiguo militante del IRA, hoy autor de novelas. Durante los años 1970-1980, durante la guerra civil entre católicos y protestantes, él era un joven militante. Entonces conoció la terrible cárcel de Maze (o Long Kesh), aquel centro penitenciario situado en Irlanda del Norte que era utilizado como lugar de detención para prisioneros políticos del IRA. Las condiciones del encarcelamiento que describe en sus memorias (*On The Brinks*)[121] son de una dureza extrema. Aquellos detenidos no eran reconocidos como prisioneros políticos por parte del poder británico de la época, a pesar de sus reivindicaciones. Considerados como terroristas, no tenían derecho alguno y soportaban malos tratos, brutalidades, privaciones, humillación y tortura. En esta situación degradante, muchos prisioneros murieron, sobre todo después de una huelga de hambre, como Bobby Sands en 1981, que sigue siendo el más conocido de entre ellos.

Sam Millar cuenta que, a pesar de las condiciones crueles, de peligro físico y de deshumanización, el humor seguía estando presente entre los detenidos y les ayudaba a sobrevivir. Encontraron una forma provocadora de protestar, digna de una representación teatral del humor negro más terrible, mediante el movimiento conocido como «Blanket and No-Wash Protest». Esta protesta consistía en rechazar llevar ropas

de prisionero. Los militantes permanecían desnudos, enrollados en mantas, y se negaban a lavarse sobreviviendo en medio de sus excrementos a pesar del frío y del hambre. Muchos murieron luego a causa de la huelga de hambre y de la falta de higiene. Paradójicamente, burlarse de sus condiciones de detención llevando la deshumanización hasta la caricatura fue para estos jóvenes militantes una forma de conservar su libertad a pesar del encarcelamiento.

En todo caso, en su autobiografía, Sam Millar narra estos años de detención y de vagabundeo con mucha distancia humorística y autoparodia. Con una ironía satírica, relata su carrera como militante del IRA hasta su encarcelamiento en Maze, y el posterior atraco que años más tarde, en Nueva York (La Brinks), le valió un nuevo encarcelamiento, esta vez en EEUU.

Varias décadas más tarde, convertido en novelista de éxito, su mirada cambió, debido a la distancia temporal, pero también a la madurez y a la distancia narrativa. Entonces hizo pasar por la creatividad del humor y de la autoparodia la verdad novelada de sus años difíciles. ¿Cómo contar lo inenarrable si no es con la ayuda de este distanciamiento particular que ofrece el humor? Después de esta vida novelesca, de superviviente de una vida de aventurero cuyos vagabundeos y errores cuenta a través de la parodia, Sam Millar podría reconocer, sin duda, que lleva a cabo un recorrido de resiliencia.

Reír en los campos de concentración: de Frankl a Tillion

«El humor es una rebelión superior de la mente», decía André Bretón.[122] Empleado en las condiciones más difíciles, el humor es una forma de poder, de reapropiación de una cierta libertad. Ha ayudado a las personas o a los pueblos durante los momentos más oscuros de la historia humana. En los campos de concentración, encontramos referencias al uso del humor como medio para elevarse por encima de las condiciones del horror, para participar en la supervivencia activando una liberación de la mente.

El psiquiatra austríaco Viktor Frankl,[123] deportado durante la Segunda Guerra Mundial, escribió acerca de los supervivientes de los campos de concentración nazis: «El humor era una de las armas en la lucha por la autopreservación». Con un compañero de encarcelamiento, se pusieron como objetivo inventar cada día una historia divertida respecto a un

incidente que podría producirse tras su liberación. Para ello, asociaron la creatividad y la anticipación de un acontecimiento alegre, manteniendo con humor la esperanza de la libertad. Las observaciones de este psiquiatra sobre los comportamientos de sus compañeros de detención lo llevaron a pensar que los individuos que salían adelante en aquellas condiciones extremas eran los que tenían esperanzas y objetivos en la vida.

A menudo presentado como un ejemplo de resiliencia, Viktor Frankl desarrolló, a partir de su experiencia en los campos de concentración, una teoría basada en la importancia del sentido de la vida y de las actitudes proactivas como muro frente al sufrimiento. Esto dio lugar a una perspectiva clínica que nombró con el término «logoterapia». Su objetivo es responsabilizar al individuo de la toma de conciencia del sentido de su existencia, es decir, invitarlo a tomar las riendas de su trayectoria vital y pensar objetivos. También dio origen al neologismo «proactivo», que designa la tendencia a captar, en las situaciones de peligro, los aspectos beneficiosos y los recursos, defendiendo la libertad de elección y de acción, sean cuales sean las dificultades de la vida. Desde su perspectiva terapéutica, el lugar que corresponde a la risa y al humor es importante. Defendía que el humor es una herramienta terapéutica, igual que la creatividad, que contribuye a dar sentido a la vida. Consideraba que lo que ayuda a los individuos a sobrevivir, incluso en medio de circunstancias horribles, es su capacidad para distanciarse y superarse, que encontramos, decía, tanto en el heroísmo como en el humor. Respecto a los métodos defensivos utilizados para sobrevivir en los campos de concentración, explicaba: «Mediante estos métodos, conseguí de alguna manera elevarme por encima de los sufrimientos del momento y observarlos como si fueran cosa del pasado».[124]

Muchos antiguos prisioneros de los campos de concentración cuentan que el humor les ayudó a aguantar. Gaston, un superviviente del holocausto, recuerda cómo logro sobrevivir a su internamiento en un campo de concentración cuanto apenas tenía 18 años. Con la distancia, explica: «Era joven, no me daba cuenta realmente, hacía el payaso y hacía reír a los alemanes consiguiendo un poco más de comida». Añade: «Tuve suerte».

Los *Escritos de los condenados a muerte bajo la ocupación nazi*[125] de Michel Borwicz recogen numerosos testimonios del uso del humor, la

autoparodia y el humor negro por parte de prisioneros de los campos de concentración. Esta obra muestra que la creatividad aliada con el humor fue para ellos un apoyo importante.

Entre los ejemplos de uso de la risa en respuesta a la deshumanización, también podemos citar la opereta compuesta a escondidas por Germaine Tillion, mientras estaba encerrada en el campo de concentración de Ravensbrück. Esta opereta-revista fue titulada *Verfügbar en los Infiernos*, en referencia paródica a la ópera bufa de Offenbach *Orfeo en los Infiernos*, y también, por supuesto, aludiendo al infierno de los campos de concentración. La opereta fue compuesta en común, o al menos en complicidad, con otras mujeres internas en el campo que participaron en su escritura. Esta obra atípica indica la necesidad de reapropiarse de la vida, a pesar del encierro, al permitirse la autoparodia en una situación verdaderamente extrema, llena de peligros físicos y psíquicos.

Frente a situaciones extremas, el sentido del humor favorece la capacidad de pensar de forma flexible y con mayor complejidad, y facilita la búsqueda de soluciones a problemas, ya sean intelectuales o interpersonales. Además, la exaltación humorística es liberadora y evitar caer en la represión. Para estas mujeres, se trataba de reírse para tomarles el pelo a los verdugos y, mediante el humor, controlar un poco la situación, sentirse vivas a pesar de las condiciones inhumanas del campo que caricaturizaron y convirtieron en algo menos terrorífico. Germaine Tillion encontró, con la composición de esta obra paródica, una forma de tomar el control de la situación mediante la expresión de la creatividad. Más tarde explicó: «Escribí una opereta, una cosa cómica, porque creo que la risa, incluso en las situaciones más trágicas, es algo revitalizante. Se puede reír hasta el último minuto».

La dimensión tragicómica fue una opción deliberada para tratar este tema tan singular que no podía ser escrito por otros que no fueran víctimas de ese infierno. Tan sólo ellas tenían la autoridad de autoparodiarse con un humor negro feroz. Cuando la opereta alaba las ventajas de un «campo modélico con todo el confort, agua, gas, electricidad», el coro responde: «¡Sobre todo gas! ¡Sobre todo gas!». La opción de reírse del infierno del campo mediante el distanciamiento de la autoparodia es una herramienta de supervivencia en sí misma muy notable. También demuestra la importancia de la solidaridad que ayudó a estas mujeres a sobrevivir.

Germaine Tillion, etnóloga y resistente, murió en 2008 a los 101 años. Ella es un bello ejemplo de recorrido vital resiliente.

El humor en los veteranos de la guerra de Vietnam

Cuando terminó la guerra de Vietnam, mientras que algunos de los antiguos prisioneros sufrieron secuelas importantes, la mitad de ellos presentaron pocos trastornos psicológicos y no encontraron problemas importantes de inserción social cuando volvieron a EEUU. Cuando les preguntaron por sus condiciones de cautiverio, estos veteranos, que a veces se califican a sí mismos de resilientes, dijeron que el humor había sido un apoyo importante para su supervivencia. A pesar de las condiciones desastrosas de su cautiverio, el hecho de poder bromear y reír les ayudó a aguantar, a conservar cierto control de la situación. Muchos precisaron que, aunque pueda resultar sorprendente, eran capaces de reírse en los campos de concentración a pesar de lo extremo del contexto (privaciones, humillaciones, torturas). En los escritos de Gerald Coffee, ex prisionero de guerra detenido de 1966 a 1973, se aprecia este uso del humor, bastante frecuente entre los soldados americanos prisioneros de guerra en Vietnam. La risa representa una forma sana de libertad del pensamiento que podemos encontrar incluso en circunstancias trágicas. Gerald Coffee dice: «Nos ayudó a reaccionar, a poner los pies en el suelo y a recuperar nuestro equilibrio. El humor forma parte de nuestra tranquilidad de pensamiento y de nuestra capacidad de ir más allá de la supervivencia».[126] Muchos otros veteranos también explicaron este refugio en el humor para intentar ahuyentar al miedo durante las operaciones militares y protegerse de la angustia relacionada con las atrocidades que tuvieron que presenciar como actores y como víctimas.

Las formas de humor que circulaban entre los detenidos iban dirigidas a ellos mismos, con bromas basadas en la autoparodia, y también a los otros prisioneros. Por supuesto, también se reían de los guardias. En un contexto de detención prolongada (muchos estuvieron presos más de siete años), el humor fue una forma de conservar cierto control sobre sus vidas, a pesar de la dificultad de las condiciones exteriores. Desde el punto de vista psicológico, el humor les aportó distanciamiento y una forma de tranquilidad. Aunque fueran víctimas de los vietnamitas, que los tenían secuestrados, ellos no se veían así, porque conservaban el control de lo que estaba en sus manos, al mantener una perspectiva

humorística sobre lo que les ocurría. Además, algunos construyeron una red de ayuda mutua y el humor era uno de los pilares esenciales que aseguraban el vínculo en las relaciones interpersonales. El humor contribuyó a la cohesión del grupo y les permitió, a cambio, poder contar con el apoyo de la comunidad para enfrentarse a las dificultades y a la supervivencia durante los largos años de cautiverio. Además, podemos señalar que el sistema de relaciones y de apoyo basado en el humor como elemento de cohesión del grupo se construyó, en condiciones adversas de cautividad y de torturas, no «a pesar de», sino «gracias a» esa situación. La situación de peligro generó modos de cohesión y de solidaridad entre los prisioneros. El humor contribuyó a consolidar los intercambios y el reconocimiento, pero también el sentimiento de pertenencia, haciendo más soportable la vida en los campos.

Esta experiencia de apuntalamiento mediante el humor parece haber preservado a estos hombres de la desorganización psíquica durante su detención, pero también los protegió luego cuando volvieron a su país. Esto puede explicar que sólo algunos de ellos presentaran un síndrome de estrés postraumático, a diferencia de otros veteranos que no tuvieron las mismas condiciones. Frente a la adversidad, la actitud humorística los protegió durante el peligro, pero también les permitió desarrollar los recursos que hicieron posible encontrar las condiciones para construir un proceso de resiliencia cuando volvieron a EEUU.

Hacer payasadas para esconder el maltrato

Mientras que algunos niños maltratados se muestran serios, a veces invadidos por la tristeza, otros muestran, por el contrario, una alegría extrema cuando están lejos de sus agresores. El pequeño Ludo, como muchos niños maltratados, sentía vergüenza de que su padre le pegara y hacía lo posible por ocultarlo. Ya siendo adulto, reflexiona sobre su infancia perdida y cuenta:

Mi padre trabajaba lejos y volvía el fin de semana, entonces en casa era el infierno, las broncas con mi madre y, sobre todo, los golpes. Bebía mucho y pegaba con facilidad con la correa. A veces me golpeaba por algo, pero a menudo sin razón, para desahogarse. No sabía cuándo ocurriría... En la escuela era yo quién se desahogaba. Todo el mundo se moría de risa. Si volvía al colegio herido, decía que me había caído, otra vez... Me inventaba mi torpeza, ideaba historias y hacía reír a mis

compañeros, incluso a menudo a los profesores. Siempre estaba de buen humor, el niño bromista que se reía de todo incluso de él mismo... ¿Cómo iban a saber ellos lo que pasaba en casa? Tenía una imaginación desbordante y mis payasadas me hacían simpático, esto es lo que me salvó.

Un enfoque de inspiración cognitiva consistiría en traducir su comportamiento como un mecanismo adaptativo de tipo *coping evasivo*,[127] es decir, como una forma de hacer frente a una situación y gestionar conscientemente el problema. El humor se considera como un metodo de ajuste que permite intentar protegerse, sobre todo mediante la evasión (esconder el maltrato), y adaptarse a la situación. Pero podemos pensar que el uso del humor en Ludo fue más allá de la simple protección adaptativa. En efecto, utilizó los beneficios de sus aptitudes humorísticas a distintos niveles y ello le permitió encontrar las condiciones de un camino hacia la resiliencia.

A pesar de la violencia de su padre, Ludo pudo centrarse en el espacio escolar, que para él era el lugar donde podía encontrar la paz. La atracción que ejercía su comportamiento jovial y risueño le ayudó a construir vínculos extrafamiliares y a construirse un nicho relacional en el que pudo (re)encontrar una valorización, incluso puede que un sentido para su vida. También se benefició de relaciones sociales y amistosas que compensaron, al menos en parte, las carencias afectivas y los maltratos familiares. Desde la escuela primaria, el educador que no había podido adivinar los maltratos de su padre pudo ver en el pequeño Ludo a un niño lleno de recursos y le animó a expresar su creatividad. En lugar de reprimir las bromas del niño, supo valorar sus capacidades humorísticas e imaginativas, sobre todo dándole un papel importante en una obra de teatro cómico. Divertido y seducido por este niño lleno de vida, el docente contribuyó a apoyar a Ludo en su reconstrucción, desempeñando sin saberlo un papel de «tutor de resiliencia».

Muy a menudo, los niños maltratados hacen muchos esfuerzos por esconder los maltratos que sufren. Algunos permanecen apáticos y en silencio, como para que se olviden de ellos; parecen retirarse del mundo para protegerse. Otros, como el pequeño Ludo, utilizan los espacios de la vida extrafamiliar, sobre todo la escuela, para reabastecerse y reformular su sufrimiento. En este contexto, el humor es un vector esencialmente atractivo de relación con los otros que facilita las

relaciones. De este modo, las actitudes humorísticas pueden ayudar a las personas maltratadas a (re)construir los apoyos socioafectivos que compensan las insuficiencias y las carencias familiares.

Muchos niños como Ludovic viven el terror en su casa y no dejan que nadie lo note en la escuela, tampoco sus compañeros. Otros podrán reconocerse en este sufrimiento silencioso oculto tras la máscara de la risa, con la desgracia mitigada mediante el humor. En el ejemplo de Ludo, el humor le permitió construirse al elevar un muro defensivo frente a las emociones negativas vinculadas a su situación familiar, tomar distancia, y hacerse querer por sus compañeros y también por los adultos de su entorno extrafamiliar. Más tarde, él mismo dijo reconocerse en un proceso de resiliencia. Ludovic acabó convirtiéndose en educador, como una forma de homenaje simbólico al que fue su tutor de resiliencia sin saberlo.

El proceso del humor es complejo y sus funciones son múltiples en el marco del camino hacia la resiliencia. Puede ser considerado uno de los factores de protección más completos. Si el pequeño Ludo hubiera sido reprimido en su uso del humor destinado a desprenderse del impacto patógeno de su situación familiar, quizás hubiera sido aniquilado por su efecto destructivo. Además, su madre (que lo quería, pero era incapaz de protegerlo de los golpes de su padre), sus benevolentes profesores (incapaces de adivinar el maltrato) y los compañeros de clase amistosos construyeron una red afectiva de soporte alrededor de Ludo. El nicho afectivo constituido por esta red amorosa contribuyó al despliegue de su proceso de resiliencia, combinado con sus recursos propios o adquiridos, y con sus mecanismos defensivos. En este contexto, las aptitudes humorísticas facilitaron mucho las interacciones positivas. Los individuos que practican un humor empático, como Ludo, no sólo son más atractivos, sino que pueden hacer uso, mejor que otros, de las herramientas que les permiten salir airosos de las situaciones difíciles.

El ejemplo de Ludo muestra el despliegue de un humor esencialmente positivo, centrado en la autoparodia. No obstante, la clínica muestra que, en el contexto de los maltratos, también se dan procesos de defensa abiertamente hostiles. Las dimensiones agresivas del humor como vector de ajuste a estos contextos no deben ser excluidas. Pueden tener un papel nada despreciable en la protección de los sujetos. En el marco de los maltratos en el ámbito familiar (infantiles o conyugales), la burla

ofensiva puede ser una forma de contrapoder frente al agresor, que ayuda a protegerse a las personas que sufren los efectos mortíferos de una realidad intolerable. Frente a los traumas, nos recuerda Michel Lemay,[128] el individuo en peligro «difícilmente puede evitar la construcción transitoria o duradera de mecanismos que le permitan salir a flote entre las olas de la tempestad». El humor forma parte de estos «mecanismos salvadores» de los que disponen las personas heridas para protegerse frente a la inmediatez del maltrato o el peligro. En las situaciones de supervivencia psíquica, el humor es una forma de contrapoder que, al despertar las fuentes de placer en el corazón mismo de la tragedia, permite relativizar las angustias y el sufrimiento.

Magalie y Pervers Pépère: burlarse para protegerse

El humor también puede estar asociado al odio simbólico. En su forma poco socializada, caricaturesca, irónica y agresiva, a veces es el último recurso para la supervivencia psíquica en caso de adversidad extrema. Desde este punto de vista, la burla hostil y denigrante hacia el agresor puede ayudar a los individuos, de forma temporal, a superar el sufrimiento y mantener cierta estabilidad psíquica.

Cuando Magalie, de 16 años, cuenta su historia, parece conformarse con enumerar los mil tormentos que ha tenido que soportar durante su corta vida. Entre los que más la marcaron está su hermano menor, tetrapléjico a causa de un accidente de coche. Ella estaba sentada detrás y salió indemne físicamente, pero traumatizada, enfrentada a la amenaza de la muerte y a los sentimientos de culpabilidad. Dice que nunca debería haberle dejado sentarse delante, normalmente era ella quien ocupaba ese sitio, junto a su madre. El niño quedó en coma y cuando se despertó ya no podía andar. Entonces su madre dejó su trabajo para ocuparse de él.

Pero hay un personaje del entorno familiar que es todavía más problemático. Se trata del abuelo por parte de madre, un patriarca irascible que vive en el primer piso de su casa, de la que es propietario. Es un personaje trastornado, colérico e inestable que atemoriza a su hija (la madre de Magalie), encuentra pretextos para insultarla y humillarla, y no duda en arrojarle objetos o golpearla. Este abuelo hizo tocamientos a Magalie cuando era pequeña y cuidaba de ella. Su madre se dio cuenta, pero no dijo nada a nadie, por falta de pruebas y por miedo a su padre. Se conformó con no dejar que se acercara a su hija. Más tarde,

habló del tema con Magalie, quien dijo que no se acordaba muy bien. Su pubertad precoz no solucionó la relación con su abuelo, que se obsesionó aún más con ella y le empezó a decir obscenidades. Después de que —esta vez sí se acuerda— intentara abusar de ella cuando tenía 10 años, se mantuvo alerta. Al principio aterrorizada por su abuelo, Magalie acabó adaptándose a su manera a la situación familiar. Entonces lo empezó a llamar «Pervers Pépère», por el nombre de un personaje de cómic de Marcel Gotlib (1981), que representa la caricatura de un anciano a la vez lascivo, sádico y ridículo. Encontró el cómic entre los libros viejos de su padre.

Magalie relata riéndose sus encuentros con Pervers Pépère, cuando ayuda a su madre a preparar las comidas para aliviar el maltrato que ésta sufre en silencio. Dice que se acostumbró a tomar la precaución de tener siempre una mesa o un mueble que la separara de su abuelo para esquivar sus manos que intentaban tocarla. Dice que iba desplazándose alrededor de la mesa para mantener siempre la distancia, mientras él intentaba torpemente atraparla e iba diciendo obscenidades. Esto se convirtió en una especie de juego, del que ella resalta los aspectos cómicos, diciendo que desde que su abuelo tiene problemas para andar —tiene una pierna por un accidente de caza— cada vez es más fácil huir de él. Dice que le divierte dar varias vueltas a la mesa ya que él acaba rindiéndose, lleno de enfado. Cuenta con mucho humor sus expediciones por el apartamento de su madre imitando la cojera del viejo. Madre e hija parecen encontrar alivio burlándose y riéndose de los aspectos ridículos de la situación del patriarca caído y lamentable, a quien llaman habitualmente Pervers Pépère. El padre de Magalie trabaja lejos y sólo vuelve los fines de semana; su hija y su madre decidieron no decirle nada de los problemas del abuelo, no hablan de lo que están sufriendo, ni de la estrategia de protección que han construido y que tanto les hace reír.

El uso de un término injurioso y denigrante para nombrar al abuelo y el aspecto lúdico-sádico de los juegos alrededor de la mesa muestran una estrategia de protección que pasa por el uso de un humor que puede ser calificado de supervivencia. El término «Pervers Pépère» muestra esta forma de defensa que encuentran, a veces, los niños maltratados que utilizan un mote para caricaturizar y poder reírse de su agresor ridiculizándolo. Esto se enmarca en una estrategia defensiva de contrapoder frente al torturador que lo rebaja, y que, de este modo,

pierde su poder de causar miedo. Este humor de supervivencia, agresivo y de odio, también es portador de un poder liberador de las tensiones acumuladas y expresa el alivio de poder reírse de lo que da miedo.

Además, hay que señalar que si bien este humor es agresivo, es ante todo defensivo. No sólo le sirve de refugio para Magalie. También le permite defenderse por sí misma y apoyar a su madre, a quien incluye en la complicidad de una mentira protectora. El juego de la risa, a pesar de la situación de maltrato familiar, protege al equipo formado por Magalie y su madre del derrumbamiento psíquico y de la invasión de la angustia. El sufrimiento también es contenido por el surgimiento del odio, atenuado a su vez por el humor. En efecto, la historieta gráfica *Pervers Pépère* representa a un personaje odioso, pero ante todo ridículo. La caricatura y el juego representan un intento de dominar simbólicamente la amenaza del abuelo destacando su aspecto grotesco y risible. Esta forma de humor agresivo corresponde a un mecanismo defensivo de supervivencia que reviste un carácter activo y ofensivo. Se trata de protegerse de la amenaza inmediata y de la alienación creando la ilusión de cierto dominio mediante una visión crítica de la situación. En una perspectiva similar, podemos mencionar el testimonio de Sabine Dardenne,[129] quien en su autobiografía, escrita ocho años después de ser secuestra con 12 años por un pedófilo belga tristemente célebre, cuenta cómo desarrolló una especie de humor que le permitió, dice ella, «reírme del psicópata más perverso de Bélgica».

Humor y odio simbólico: ejemplo de Folcoche

En las novelas autobiográficas, encontramos testimonios cercanos al de Magalie de uso de la burla y la mofa en contextos de maltrato familiar. Éste es el caso de la invención de la palabra «Folcoche» (contracción en francés de *folle,* «loca», y c*ochonne,* «guarra»), personaje que los niños crean para nombrar a la madre maltratadora en la novela de Hervé Bazin, *Una víbora en el puño*.[130]

En esta novela de 1948, el autor se inspiró en su relación con su madre —que no lo educó, fue confiado a su abuela durante la infancia y su madre parece haber sido de una frialdad notable— para describir una situación familiar en la que la figura materna se convierte en un monstruo terrible para los niños. Aunque no sea una novela abiertamente humorística, la ironía está presente en el relato y la encontramos en la escritura de Hervé Bazin para describir la maldad de

la madre y los intentos de combatirla por parte de los niños. Para tratar de protegerse y vengarse de su madre tiránica y malvada, los niños le otorgan el mote denigrante y burlón de «Folcoche». En esta historia, el personaje de Folcoche es tan malo que se convierte en grotesco y caricaturizado. El humor y el odio están simbolizados en este mote. Hervé Bazin atribuye a los niños el deseo de ver morir a su madre, o más exactamente de hacer desaparecer al personaje de Folcoche, al que ellos intentan torpemente aniquilar. El humor y el odio se mezclan íntimamente, y se alían para construir procedimientos defensivos protectores frente al peligro inmediato de la maltratadora.

En el contexto traumatizante del maltrato, el individuo puede optar entre el odio o la depresión.[131] Magalie y su madre, así como los niños del libro de Hervé Bazin, parecen haber escogido la primera solución. El odio y la burla, expresados hacia Pervers Pépere o Folcoche, permiten a la persona que sufre evitar la desorganización psíquica amenazadora y la depresión. También es una forma de desprenderse de la culpabilidad y de la vergüenza al expresar la hostilidad hacia un agresor que, aunque sea un miembro de la familia, ya no es designado *como* sino *mediante* un mote que lo mantiene a distancia.

Así, parece que se produce una especie de escisión; por un lado, el miembro de la familia queda protegido de los ataques (el abuelo, la madre) y, por otro, el personaje nocivo que ahora sí puede ser odiado (Pervers Pépère, Folcoche). La burla y la agresividad dirigidas contra el personaje de Pervers Pépère permiten proteger la parte positiva del viejo que sigue siendo abuelo de Magalie y padre de la madre de la niña. Lo mismo ocurre con la mujer odiada y ridiculizada por sus hijos —que llegan a desear su muerte—, que nunca es nombrada como mamá o madre, sino mediante el mote denigrante de Folcoche. Son las representaciones distanciadas y las imágenes caricaturescas de los personajes —del abuelo y de la mala madre— las atacadas y no el miembro de la familia como tal. Aunque, en ambos casos, también podemos pensar que también se trata de evitar referirse mediante calificativos familiares que normalmente se asocian con el afecto (abuelo y madre) a personas odiosas, lo cual podría ser una forma simbólica de negar los lazos familiares.

El humor y la burla ofensiva responden a la activación de un mecanismo de salvación que permite soportar la violencia y las carencias de la

situación familiar. Esta forma temporal de adaptación frente a la realidad amenazadora no parece responder a los criterios habituales del proceso de resiliencia, aunque la distancia humorística contribuya a los procedimientos defensivos protectores. No obstante, esta etapa puede ser el primer paso hacia un proceso de resiliencia. El comportamiento defensivo, mediante el uso del humor burlón y ofensivo, es una herramienta mediante la cual se puede constituir un proceso de resiliencia, a condición de promover luego modalidades defensivas de elaboración más constructivas. El proceso de resiliencia no podrá empezar hasta que las primeras defensas temporales de urgencia dejen paso a elaboraciones psíquicas que pasan por mecanismos de elaboración más adaptados a largo plazo. Los procesos de reconstrucción empiezan bajo esta condición y permiten la emergencia de un nuevo desarrollo que supera e integra las experiencias traumáticas.

En el marco de un proceso de resiliencia, esta segunda etapa también puede apoyarse en el humor, que entonces debe adoptar otra forma, un punto de vista más positivo y empático, por ejemplo, mediante el uso de la ironía y la autoparodia, dejando de lado el humor agresivo de supervivencia. Así, años más tarde, Magalie se hizo mayor y pudo relatar con mucha dosis de autoparodia este período difícil de su infancia, con una mirada más distanciada sobre su pasado.

Además, en lo referente al recorrido de Hervé Bazin, podemos ver que los pequeños héroes de su novela están en un proceso de supervivencia y usan el humor en este contexto para protegerse. Para el autor se trata de algo diferente. En efecto, si consideramos a Hervé Bazin como persona, podemos pensar que la escritura de este libro forma parte de su proceso de resiliencia. La ficción inspirada en su propia vida le ayudó, quizás, a elaborar las heridas de su infancia mediante la escritura. Las emociones relacionadas con las carencias maternas y el maltrato son revisadas de esta forma y transformadas mediante lo imaginario en una representación más soportable. Por tanto, *La víbora en el puño* no es un mero testimonio en bruto de una vida dañada, también es resultado de una narrativa creadora y el soporte de la elaboración psíquica de los traumas infantiles.

Notas

---

120. Chaplin, C., *Histoire de ma vie*, óp. cit.

121. Millar, S. [2009], *On The Brinks*, Seuil, París, 2013.

122. Breton, A., *Anthologie de l'humour noir*, óp. cit.

123. Frankl, V., *Man's Search for Meaning*, Pocket Books, Nueva York, 1959.

124. Ibíd.

125. Borwicz, M., *Écrits des condamnés à mort sous l'Occupation nazie (1939-1945)*, col. Folio Histoire, Gallimard, París, 1996.

126. Coffee, G., *Beyond Survival: Building on the Hard Times*, Putnam Adult, Nueva York, 1990.

127. Abel, M. H., «Humor, stress, and coping strategies», en *Humor: International Journal of Humor Research*, vol. 15, 4, s/e. s/l, 2002, págs. 365-381.

128. Lemay, M., «La résilience, mythe ou réalité», en Cyrulnik, B. y Duval, P. (eds.), *Psychanalyse et résilience*, Odile Jacob, París, 2006, págs. 45-60.

129. Dardenne, S., *J'avais 12 ans, j'ai pris mon vélo et je suis partie à l'école*, Pocket, París, 2006.

130. Bazin, H. [1948], *Vipère au poing*, Livre de Poche, París, 1972.

131. Nisse, M., «Humour, haine symbolique et résilience. Du bon usage thérapeutique des mots obscènes chez les victimes de violences sexuelles», en *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, vol. 2, 39, 2007, De Boeck Supérieur, s/l, págs. 93-101.

7. De las heridas al humor como motor creativo

Los sufrimientos sublimados: de Chaplin a Bedos

Utilizar el sufrimiento pretérito como motor creativo, hablar de él transformándolo mediante la caricatura, es ante todo no estar sometido a los acontecimientos y recuperar el control sobre nuestra vida. El individuo traumatizado se encuentra frente a un dilema: o se somete a su historia y se condena a repetirla, o se libera de ella para reconstruirse psíquica y socialmente. Según Boris Cyrulnik, «El recuerdo resiliente no consiste en hacer volver el sufrimiento del pasado. Al contrario, significa transformarlo, hacer algo con ello, una novela, un ensayo, un compromiso».[132] Desde este punto de vista, el humor es una estrategia defensiva que participa del trabajo de representación y de elaboración de los traumas. Este trabajo de representación es necesario para metamorfosear la herida inicial en trayectoria de vida resiliente. Al facilitar el control sobre los sentimientos negativos y convertirlos en fuerza vital, el humor permite reestructurar la memoria traumática. Se puede manifestar de diversas formas, por ejemplo, mediante el júbilo, y provocar una risa saludable. Pero también puede traducirse en el placer la burla o de la autoparodia, y ocupar un lugar más sutil entre los procesos cómicos. Es como si la irrupción de la risa eludiera los riesgos de la irrupción traumática al permitir reestructurar el sufrimiento. El humor ayuda a contener los desbordamientos emocionales negativos y ofrece la oportunidad de convertirlos (al menos parcialmente) en fuente de placer.

Los trabajos sobre la resiliencia han demostrado de qué modo las heridas psíquicas pueden participar en la activación de un potencial creativo.[133] El humor es para muchas personas la forma privilegiada de reelaborar el sufrimiento del pasado. Ciertas personas que se han valido ocasionalmente del humor de tal forma que les ha ayudado a superar pruebas difíciles, luego han hecho de él su profesión. Muchos actores y humoristas han encontrado en su historia vital potencialidades creativas.

Charlie Chaplin es un ejemplo muy conocido; no escondió que su vida había sido una fuente de inspiración para sus obras artísticas tragicómicas. Si inventó a Charlot, *the tramp*, el vagabundo miserable de gran corazón, o el personaje de *The Kid*, el pequeño huérfano, fue porque él mismo conoció la miseria y la precariedad familiar. Hijo de un

padre alcohólico y ludópata a quien casi no conoció, fue criado por su madre, cantante ocasional de *music-hall* y enferma mental. Contó su vida en su libro *Historia de mi vida*.[134] Ahí descubrimos que Chaplin tuvo una infancia ciertamente miserable, pero también que su entorno familiar y social, compuesto por artistas de *music-hall* pobres y de saltimbanquis, le aportó cierto calor afectivo y era un ambiente propicio para la creatividad y el desarrollo de la imaginación. En este contexto, el humor ocupaba un lugar protagonista. En su autobiografía, cuenta, por ejemplo, como su madre, entre dos internamientos en el manicomio, seguía teniendo su sentido del humor. A pesar de la miseria y el frío de su buhardilla, de no tener a veces nada que comer y estar obligada a luchar para sobrevivir, ella le hacía reír a carcajadas, jugando con cualquier cosa, por ejemplo, mirando a los transeúntes en la calle e imitándolos de forma burlesca. Podemos concluir que el humor, frente a la precariedad de la situación familiar y socioeconómica, le sirvió de apoyo. Su autobiografía, que se lee como una novela, es una mina de anécdotas sobre la fuente de su inspiración artística y explica el tono tragicómico de sus películas.

Guy Bedos, humorista muy reconocido, también es un bello ejemplo del uso de la historia vital como motor creativo. Sus *sketches* no siempre se inspiran en su historia, pero los temas que plantea provienen en gran medida de su infancia. Guy Bedos nació en la Argelia francesa, en una familia de *pieds-noirs*[135] pudientes, pero sufrió una cierta frialdad afectiva por parte de su madre y vivió separado de su padre biológico, a quien conoció más bien poco. Entre los temas predilectos de sus espectáculos encontramos la tolerancia y su contrario, el racismo, la precariedad de las relaciones sociales tratada mediante la sátira social y, por supuesto, las relaciones ambivalentes entre un hijo y su madre. Su autobiografía, *Memorias de ultra-madre*,[136] da pistas para entender algunos de los resortes de sus indignaciones políticas. Pero también ofrece la intuición de un sufrimiento escondido detrás de la burla, cuando trata la complejidad de la relación con su madre y las carencias afectivas que conoció de niño.

La riqueza de su creatividad artística se alimentó de la historia de su vida. Parece orientada sobre todo por la necesidad de llenar el vacío de la falta de afecto. El personaje de la madre frustrante, poco comprensiva y racista estuvo presente durante muchos años en sus espectáculos, de forma recurrente, tanto que los espectadores casi lo adoptaron como un

personaje familiar del universo que compartían con el humorista. No obstante, poco a poco, este personaje evolucionó a lo largo de la representación escénica, paralelamente, sin duda, a la evolución de la representación de la relación maternal que Guy Bedos pudo reelaborar gracias a la caricatura. En efecto, este personaje ficticio, pero inspirado en su madre real, le permitió expresar las frustraciones y fantasías de abandono, dando un sentido a las heridas de su infancia. Y, con el tiempo y la distancia humorística, mediatizar la elaboración de los traumas infantiles. Este trabajo de elaboración, mediante el humor, se inscribe así en el marco de un proceso que podríamos calificar de resiliente. Parece que con el tiempo, se consiguió cierta exoneración de los sufrimientos que permitió cambiar la relación y disminuyó el peso de los reproches hacia el personaje materno.

Charlie Chaplin tuvo que luchar para sobrevivir a la precariedad socioeconómica y relacional; fue internado en un orfanato durante las hospitalizaciones de su madre y experimentó una gran precariedad durante su infancia. Guy Bedos, por su parte, encontró la manera de resolver los trastornos ocasionados por las carencias relacionales (TOC[137] e ideas suicidas durante su infancia) y de reconstruirse, a pesar de la precariedad de su historia familiar. Ambos tienen en común, aparte de sus cualidades como actores y humoristas, el haber sabido encontrar un motor creativo a partir de su historia infantil de carencias y haber conseguido sublimar sus heridas de la infancia en obras artísticas.

Jamel y la autoparodia para sublimar la vergüenza

Jamel Debbouze también confiesa algo personal y de su propio recorrido vital cuando declara, maliciosamente: «¡En las afueras de la ciudad, o eres fuerte, o tienes labia!». O también, cuando, manipulando el absurdo y la provocación irónica, dice: «No tienes ninguna oportunidad, ¡hazte con ella!». Este artista francomarroquí, humorista y actor, es el mayor de seis hijos, nacido de una familia muy modesta en Trappes (en los suburbios de París). Cuando tenía 14 años, un tren le aplastó el brazo derecho en un accidente en el que uno de sus amigos murió. Este trauma físico y psíquico impregnó su carrera tanto como, según parece, su historia familiar, marcada por la precariedad socioeconómica. Se inscribió en un club de improvisación por recomendación de un profesor de teatro que lo desafió a participar en su curso en vez de pasar el rato burlándose de los otros alumnos. Se convirtió rápidamente en un

especialista de la improvisación. Jamel utiliza el humor de una forma muy particular: rapidez verbal, lenguaje brusco y elíptico, deformación de las palabras, contrasentidos, etcétera.

Jamel Debbouze, más bien pequeño físicamente y de aspecto enclenque, perdió el uso de su mano derecha. No obstante, tiene una personalidad fuerte, llena de creatividad, humor y fantasía. Se muestra como un personaje simpático y cercano, muy bromista y que sabe manejar con gran maestría el arte de la réplica. Durante una entrevista reconoció: «El cine me ha ayudado a amar». Su discapacidad física se olvidó rápidamente, ya que consiguió acomodar muy bien sus gestos. Su elocuencia adquirió protagonismo. Explica de buen grado que no pasó por la crisis de la adolescencia: «¡No tenía tiempo!». En efecto, al ser el mayor de muchos hermanos, tuvo que dedicarse a los menores y desempeñar el papel de sus padres analfabetos. La familia siempre tenía miedo de perderlo todo: «Teníamos el síndrome del bedel».[138] Siendo aún preadolescente, pasó dos años y medio en un barrio de chabolas en Marrakech lejos de su madre, donde lo enviaron para «hacer prácticas», ya que la familia no llegaba a fin de mes. A pesar de las deficiencias afectivas, hace de todo ello un relato optimista: «Pasé unos años magníficos, inventábamos juegos con una rueda de bici... Nos divertíamos todo el rato, imaginábamos cosas».

En sus espectáculos, no duda en inspirarse en sus orígenes sociales y culturales para caricaturizar escenas de la vida cotidiana. Para expresar el hecho de que su familia tenía dificultades para llegar a fin de mes, en uno de sus *sketches* le hace decir a su madre: «¡Niños, esta noche es ramadán sorpresa!».

En el caso de Jamel Debbouze, la activación de un potencial creador podría explicarse por la necesidad de espabilarse para compensar la precariedad familiar y el trauma de la pérdida de su brazo. Pero él explica que se vio impulsado a ello para superar la vergüenza social. Así, declara que, además de la necesidad de salir de apuros, su otro motor fue la vergüenza. Vergüenza de no conocer los códigos de la sociedad francesa y de su cultura, de no conocer las buenas palabras, las buenas expresiones. De este modo consiguió metamorfosear lo que le parecía una falta en una ventaja. Dice: «Me di cuenta de que mis faltas hacían reír, entonces empecé a hacerlo como si lo hiciera aposta».

De este modo desarrolló el arte creativo, que le permitió convertir en

oportunidades las contrariedades de su vida. Sus actuaciones a menudo se basan en el juego con el lenguaje, la manipulación de las palabras y la distorsión de las expresiones, la deformación de los dichos y los refranes.

Frente a las carencias de su situación personal, familiar y social, podemos decir que supo desarrollar potencialidades compensatorias. En este contexto, el humor es omnipresente y parece ser el motor central de una vida que podría mostrar signos de un proceso de resiliencia. El trauma (las carencias económicas y sociales, pero también el accidente y el enfrentamiento con el peligro mortal) se convirtió en una fuente de inspiración que alimentó sus aptitudes artísticas. Jamel Debbouze, apoyado además por un entorno familiar afectuoso, supo sobreponerse a sus debilidades y metamorfosear sus defectos en cualidades, aprovechándose de las carencias que consiguió exagerar.

Zouc y el humor en femenino: ¿una pizca de locura?

Entre las mujeres artistas cómicas, hay que conceder un lugar particular a Zouc una de las humoristas más originales, aunque debido a su enfermedad invalidante ya no actúe desde hace algunos años.[139] Esta humorista suiza, bastante particular, extrajo de su propia historia un humor muy personal en el registro de la tragicomedia. Sabía descubrir lo irrisorio y el absurdo en las relaciones humanas y familiares para reírse de los golpes de la vida cotidiana. Esta gran dama sin edad, con su imponente silueta vestida de negro, era capaz de convertirse en una niña pequeña, extraviada pero maliciosa, y también un poco malvada. También podía imitar a la perfección los gritos y muecas de un bebé y a menudo jugaba con la locura. Su humor siempre se deslizaba hacia la gravedad.

¿Qué decía ella de su propia historia, revivida en sus *sketches*? Su biografía muestra algunas claves sobre la fuente de sus inspiraciones. Si supo tratar muy bien el tema de la locura es porque ella misma la experimentó muy de cerca. Estuvo interna en un psiquiátrico durante 18 meses en su adolescencia, aparentemente «por histeria». De aquel período doloroso dijo en una entrevista[140] que fueron los enfermos quienes la curaron. Sus actuaciones cómicas se alimentan en gran medida de esta experiencia, es decir, de su propia relación con la enfermedad mental, pero también de sus observaciones sobre otras personas enfermas, riéndose de lo extraños que son los seres humanos.

Tras esta carrera de humorista en la que se sirvió en parte de su propia historia, ¿podemos decir que Zouc es resiliente? Resulta difícil decirlo. Pero podemos pensar que el humor fue un vector de construcción del sentido de su propia trayectoria vital. Lo que podemos afirmar es que, en el caso de Zouc, el razonamiento enloquecido engendró un humor sublime que quedó detenido precozmente por la enfermedad.

Smaïn, el terapayaso: reírse para excusar la falta

Cuando el pequeño Smaïn, con 11 años de edad, oyó a su profesora decirle: «Harías bien estando más atento, si quieres tener éxito. ¡Sobre todo porque tus padres no son verdaderamente tus padres!», su mundo afectivo se tambaleó. El trauma de la brutal revelación de su adopción, que sus padres se ocuparon de ocultarle, destrozó su universo infantil. ¿Qué podía hacer? ¿Hablarlo con sus padres, que le habían mentido? ¿Sus padres que lo querían? Optó por callar.

En su libro autobiográfico, *Vuelvo para buscarme*,[141] Smaïn, humorista y actor, cuenta que tras la revelación guardó el secreto porque no podía decidirse a hablarlo con sus padres, por vergüenza y respeto hacia aquellas personas que le habían dado tanto afecto. No obstante, las palabras de la profesora fueron la respuesta a preguntas silenciosas que él mismo no se había atrevido a hacer: unos padres demasiado viejos, las cosas no dichas, el silencio ante ciertas cuestiones... Después del estupor del trauma, fue invadido por una multitud de preguntas identitarias que se añadieron a las que todo preadolescente se hace. Smaïn se preguntó por su identidad, por sus orígenes, pero también por las circunstancias del abandono del que fue víctima antes de ser adoptado. ¿Quién era él realmente? ¿De dónde venía? ¿Por qué lo abandonaron? Así se tejió la cadena de preguntas cargadas de vergüenza y culpabilidad que se hace toda persona que se enfrenta a una revelación así.

A partir de este período traumático, pero fundador, y sobre esta búsqueda identitaria, Smaïn construyó toda su vida. ¿Cómo podía expresar todo esto? Mediante el humor. De temperamento jovial, jugar con las palabras se convirtió rápidamente en su forma de estar en el mundo, de renacer mediante el humor, pero también en una forma aceptable de tratar indirectamente el secreto doloroso de sus orígenes. Intentó interpelar a su padre mediante la palabra «musulmiente»,[142] haciéndole llegar un mensaje que no tenía nada de un simple juego de palabras. No obstante, su padre murió sin haber hablado con su hijo de

la adopción. Smaïn tenía entonces 13 años. Su madre murió cuando tenía 17, también guardando silencio. Smaïn fue confiado a una casa de acogida.

Después de la muerte de sus padres de acogida, una caja de zapatos con sus recuerdos familiares le reveló los entresijos de su historia. Descubrió que cuando nació en 1958 fue entregado a un orfanato católico de Constantina, en aquel país que era la Argelia francesa. También descubrió las circunstancias de su adopción, cuando tenía dos años, acogido por un barrendero argelino en París y su mujer marroquí. Éstos fueron sus padres de corazón, los padres que lo querían y a quienes él consideró sus padres adoptivos, aunque nunca llegaron a adoptarlo legalmente (oficialmente siguieron siendo su familia de acogida). Más tarde, Smaïn intentó seguir el rastro de su madre biológica argelina, sin éxito.

Desde pequeño, Smaïn era un niño risueño. Así, en el momento de la revelación de su «adopción», hizo todo lo posible para convertir el sufrimiento en aparente alegría. Se volvió un maestro en el arte de jugar con las palabras para hacer reír a las personas de su alrededor. Las payasadas se convirtieron en algo cotidiano, su forma de relacionarse con los demás. Su talento le permitió hacer de ello su oficio. En su autobiografía, que esta vez firmó con su apellido oficial (proveniente del segundo nombre que le atribuyeron en el orfanato), cuenta que toda su vida estuvo dominada por esta búsqueda identitaria. Dicha búsqueda constituyó su impulso y fue sobre todo lo que escenificó, jugando con ella en sus espectáculos. Smaïn nunca dejó de compartir mediante sus *sketches* las preguntas sobre su identidad para intentar reconstruir la trama de un origen perdido. En su obra artística encontramos, en filigrana, las preguntas existenciales: ¿Quién soy? ¿Quiénes son mis verdaderos padres? ¿De qué religión? Durante uno de sus espectáculos, en un *sketch* sobre los presentadores de televisión, hizo decir a su personaje: «Crecí con la tele. ¡Mi religión es catódica practicante!».

¿No hay también cierta culpabilidad que lo empuja a utilizar el humor en el marco de un combate social? Convertido ya en humorista profesional y actor, en sus espectáculos cómicos domina el arte de dar la vuelta al sentido de las palabras, jugando con la ambigüedad de las expresiones que dicen, establecen y muestran las peculiaridades de la sociedad. En sus *sketches*, se inspiró mucho en sus orígenes sociales para

denunciar las injusticias y la xenofobia. Hace reír exagerando los estereotipos racistas o condescendientes que circulan sobre los árabes para denunciar su absurdidad. De forma más general, se burla de las injusticias de clase al mostrar la incongruencia de las situaciones identitarias, sociales y económicas. «El dinero va y viene, pero cuando viene, viene bien!», o también: «¡Hay que aumentar el poder de Aïcha!». (*Sketch* «El presidente árabe»).

Su estilo de humor mezcla la burla, el absurdo y algo de poesía. «La risa es propia del hombre, y yo soy su manopla de baño». Como él mismo reconoce, la autoparodia es para él una terapia: «Ríete de la vida como la vida se ríe de ti». Su búsqueda identitaria parece ser el motor de su vida profesional que, a través del vector del humor, le ha permitido encontrar su lugar en la sociedad. Respecto a su recorrido psicológico, dice que el humor ha sido su *théra-pitre*[143] y su *recreación*: «He hecho el payaso para excusar la falta». ¿Cómo expresar mejor el proceso de resiliencia? Estas palabras revelan las dudas, los sentimientos de culpabilidad y la ambivalencia contra los que hay que luchar para seguir adelante a pesar de las heridas.

El recorrido vital de Smaïn parece ilustrar la instauración de un proceso de resiliencia apoyado en el humor, que sirve de factor de protección y de catarsis. También muestra la dinámica de un proceso de resiliencia que sigue en construcción a lo largo de toda la vida. En Smaïn, el humor se usa como mecanismo de protección y también como medio para decir lo que no puede expresarse de otra manera. El sufrimiento aflora, pero la distorsión y la autoparodia lo detienen y transforman. Detrás del payaso o del guiñol, como él mismo dice, se esconden las heridas de la infancia contra las que hay que luchar sin descanso: «Sonrío, pero en el fondo estoy triste», decía en una entrevista de 2011.

El secreto de los orígenes y de la «adopción», conocido pero implanteable con sus padres de corazón, parece haber estimulado el proceso creativo y también un proceso de resiliencia. Este secreto parece inscribirse, por tanto, entre los «secretos que dan que pensar» en oposición a los que «impiden pensar», como decía Paul-Claude Racamier.[144] Mediante la interpretación cómica, Smaïn pudo expresarse y gracias a la expresión artística consiguió liberarse, aun respetando por mucho tiempo el secreto familiar para no arriesgarse a traicionar a sus padres, incluso después de su muerte. El uso de la parodia también le

ayudó sin duda a protegerse de las emociones intensas despertadas por el secreto de sus orígenes. Son emociones que él afronta y explora en su autobiografía y que, como él mismo dice, le hicieron pasar por momentos de rebelión, de culpabilidad e incluso de vergüenza.

La autoparodia, y de forma más general un punto de vista humorístico sobre la vida y la sociedad, le permitieron reestructurar su sufrimiento para convertirlo en un oficio y así insertarse socialmente de forma adecuada, incluso tener cierta implicación en la sociedad. Hijo sin filiación alguna, finalmente fue reconocido como artista gracias a la sublimación de su sufrimiento mediante el humor.

El humor para transmitir lo inenarrable: Tomkiewicz

El humor puede ayudar a transmitir y compartir las emociones vinculadas al trauma. Mediante la intermediación del distanciamiento lúdico narrativo, permite expresar lo indecible de las emociones mortíferas, miedos y preguntas. Violaine, una joven que fue víctima de maltratos por parte de su marido, explica, años después de la separación, con mucho humor, las escenas de violencia conyugal. Explica que su exmarido la pegaba y que le gustaba agredirla sin previo aviso arrojándole herramientas a la cara: martillos, llaves inglesas, etcétera. Riéndose, cuenta cómo conseguía esquivarlas: «¡Me convertí en campeona del mundo en “levitación” de martillo!».

Cuando una persona recuerda una tragedia a través del humor, se protege de las emociones mórbidas y también protege a aquellos a quienes se dirige. Después de la Segunda Guerra Mundial, por miedo a hacer daño a sus hijos, muchos antiguos deportados prefirieron ocultar a su familia las dificultades por las que habían pasado. Por pudor, culpabilidad y a veces vergüenza, pero también por miedo a transmitir el trauma, en lugar de explicar estos recuerdos atroces casi siempre prefirieron callar. Es muy difícil explicar lo inexplicable y resolver la paradoja que tan bien resumió Elie Wiesel a propósito del holocausto: «Callarse está prohibido, hablar es imposible».

De regreso de Argelia, los antiguos soldados que habían hecho el servicio militar durante la guerra de independencia argelina también tuvieron dificultades similares. Muchos se encerraron en el silencio para olvidar las atrocidades que habían vivido.

Sylvie, cuyo padre «luchó en Argelia», explica cómo éste se ensombrecía y callaba cuando se hablaba de esta época. Intrigada por este comportamiento, intentó saber qué había pasado y le pidió a su padre que le «contara Argelia», convencida de que había vivido cosas difíciles, ya que su padre le había dicho que había permanecido mucho tiempo en cama después de su regreso. Pero su padre esquivó todas las preguntas que ella le quiso hacer. Además, cuando Sylvie insistía demasiado, su madre le hacía callar. No es motivo de sorpresa que Sylvie haya tenido durante mucho tiempo pesadillas en las que vivía escenas de tortura y de asesinatos, perseguida por una guerra que nunca vivió en la realidad. Como si el trauma de su padre, a pesar de la ausencia de palabras, le hubiera sido transferido. Sylvie se convirtió en portadora del sufrimiento silenciado de su padre. Durante mucho tiempo, unas presencias terroríficas atormentaron sus noches, hasta que hizo un trabajo psicológico que le permitió expresar sus angustias y matar a los fantasmas.

Al contrario que el padre de Sylvie, a quien no le gustaba el humor, otros sí pudieron hablar de sus experiencias traumáticas mediante la parodia, a veces después de varias décadas. Stanislaw Tomkiewicz[145] cuenta en su autobiografía cómo sobrevivió durante el nazismo, a pesar de todo lo que le ocurrió. Después de huir del gueto de Varsovia y de escapar de un tren de la muerte, regresó vivo de Bergen-Belsen. Durante sus años de juventud, vivió situaciones abominables, mezcla de miedo, esperanza y traiciones. Sin embargo, lo contó todo recurriendo a la autoparodia en sus memorias. Sólo en 1999 (a la edad de 74 años) se permitió escribirlo todo y publicar su historia fuera de lo común. Convertido en paidopsiquiatra francés especialista en el trabajo con adolescentes maltratados, reconoció que necesitó años para permitirse compartir su pasado. «No podía reconocer ante otros o ante mí mismo una verdad que me costó años mirar frente a frente: trabajo con adolescentes porque me robaron mi adolescencia». De hecho, sobre su propia adolescencia cuenta una historia de pesadilla que sólo era posible en el contexto del nazismo y del gueto de Varsovia durante la guerra.

En su escrito, cuenta el modo en que consiguió sobrevivir a pesar de las condiciones extremas, después de intentar suicidarse. No obstante, su relato no es mórbido, ni mucho menos, a menudo hace sonreír. Lo que explica es la historia de un superviviente que tiene, sin lugar a dudas, algo que ver con la resiliencia. Su emocionante historia está llena de

escenas jocosas. Su juventud destrozada es contada con mucho humor y autoparodia. A pesar de que, como diría Sigmund Freud, se trata a menudo de un humor que sonríe entre lágrimas. Stanislaw Tomkiewicz logró captar lo insólito y lo risible en un contexto marcado por la omnipresente amenaza de la muerte. El relato de sus propias desventuras consigue divertir al lector mostrando los aspectos absurdos e incongruentes de los momentos más trágicos de su historia. Por ejemplo, cuando explica cómo les timaron a su hermana y a él, y les robaron las joyas familiares que sirvieron para comprar su libertad.

Conocido por ser un hombre lleno de fantasía, el psiquiatra Stanislaw Tomkiewicz únicamente pudo tratar esta época oscura gracias al humor. Con una mirada divertida sobre su pasado, pudo al fin narrar lo inenarrable y compartir con el lector la historia de su vida, evitando despertar un sentimiento de piedad. Pero tardó tiempo en transcribir este pasado doloroso y esperó hasta una edad avanzada para poder contar y contarse esta trayectoria vital traumática. En efecto, cuando nos hacemos mayores, los antiguos traumas enterrados a veces resurgen. Esto ocurre, por ejemplo, durante períodos difíciles de la existencia, con ocasión de cambios internos y externos que acompañan a las crisis de los ciclos vitales. A veces en la vejez los antiguos traumas se resuelven. Las reelaboraciones psíquicas pueden también llevarse a cabo mediante el humor.[146] El autor que se dedica a relatar su pasado, sobre todo a través de la escritura humorística, hace un trabajo de representación que le proporciona tranquilidad.

El humor permite narrarse a uno mismo, revelar la intimidad de lo vivido dominando la amenaza de las emociones peligrosas mediante la broma o la autoparodia. El distanciamiento humorístico, por un lado, permite proteger al autor del relato de la carga emocional que puede despertarse debido al peso del pasado y, por otro, hace digerible una historia dolorosa, preservando la sensibilidad del público. Así se evita caer en lo patético y en la lástima. La transmisión se hace posible convirtiendo en risible, absurda o ridícula la experiencia traumática. El humor permite proteger al que se expresa y al que escucha. Permite disfrazar de forma suficiente la realidad destructora para hacerla controlable y compartible, al facilitar las reestructuraciones psíquicas y la integración de los traumas, participando de su elaboración.

Phom, los supervivientes bromistas de Laos

Como las máscaras de los actores de la Antigüedad que les permitían hacer distintos papeles, el humor permite ocultarse, disimular un exceso de emociones, eludir la pena y, mediante la deformación, decir lo indecible, contar lo que no se puede contar. En relatos de vida traumáticos, la narración impregnada de humor hace posible compartir la experiencia dañina, y también dar un sentido a esta experiencia. Reírse y hacer reír de las propias desgracias no significa cambiarlas, pero te permite reapropiarte de tu historia. El relato humorístico (escrito u oral) participa de la función de elaboración; permite reelaborar los traumas y alejarse de la amenaza de la carga mórbida. El relato de historias de vidas dañadas mediante el humor puede formar parte del proceso de resiliencia.

En los años 1970, Phom estudiaba en Lyon. Había huido de la guerra civil que destruía su país de origen, Laos. Cuando se le preguntaba por su historia, empezaba un relato lleno de anécdotas humorísticas. Así narraba las circunstancias de los últimos meses de su vida en Laos durante la guerra y su llegada a Francia. Era un relato muy gracioso. No obstante, lo que decía no tenía nada de divertido. Muchas personas de su entorno fueron masacradas en Laos en circunstancias particularmente atroces. Él escapó por los pelos de morir escondiéndose y consiguió huir de su país refugiándose en Francia, donde pudo estudiar.

En contra de lo que se podría esperar, relataba con mucha autoparodia los episodios en los que ciertas personas de su familia y amigos habían desaparecido, pero, sobre todo, cómo él mismo había sido capturado y condenado a muerte para luego conseguir huir y esconderse. Daba una visión burlona del modo en que consiguió escapar en una especie de juego del escondite (se escondió en un tonel). De este modo, hacía reír diciendo cómo, tras diversos intentos, consiguió escapar de la muerte casi por casualidad, añadiendo que tuvo suerte. La jocosidad de su relato provocaba carcajadas entre quienes lo escuchaban, pero a veces éstos se sentían un poco incómodos con lo absurdo de este durísimo relato y la forma humorística de contarlo. Pero ¿acaso eran los demás culpables de que Phom también quisiera evitar las miradas de lástima y la compasión mórbida?

Los episodios de su vida y su reconstrucción en Francia permiten pensar que se trata de otro caso de resiliencia. Durante este particular recorrido, el humor lo ayudó de diversas formas. En efecto, como en el

caso de la historia de Stanislaw Tomkiewicz, el humor permitió a este joven de Laos encontrar la distancia necesaria para explicarse y compartir lo insoportable. Gracias a la burla, pudo expresar una historia de muerte y supervivencia obliterando el horror detrás del humor, mecanismo que le ayudó a protegerse de las emociones relacionadas con la reactivación del efecto traumático. Por otra parte, el humor contribuyó a hacer soportable y compartible su relato con sus oyentes franceses, atenuando los efectos mórbidos y las emociones provocadas.

Otra dimensión de protección que adquiere aquí el uso del humor se debe a que éste le proporcionó cierto dominio de la situación. Consiguiendo reírse de sus propias desgracias y provocando la risa con ellas, Phom se constituye como actor y no como víctima, y evita de este modo la lástima de aquellos a quienes se dirige. La lástima y la fascinación por el sufrimiento de los demás que a menudo se encuentra asociada son sentimientos extraños que estigmatizan, y a los que las antiguas víctimas temen más que a ninguna otra cosa. En Phom, el sentido del humor se convirtió, de hecho, en un rasgo de su personalidad, predominante en la mayor parte de sus intercambios sociales. En la vida cotidiana, se presenta como alguien jovial y divertido. Sus cualidades atrayentes facilitaron de forma considerable sus contactos sociales y de amistad, y todo ello contribuyó, sin lugar a dudas, a su inserción en la sociedad francesa.

Humor y desamor materno en los relatos de maltrato

Muchos relatos autobiográficos, a veces novelados, describen los maltratos o carencias afectivas graves sufridos durante la infancia, pero los presentan bajo un punto de vista humorístico. En efecto, ciertos autores han encontrado en las desgracias de su infancia los resortes creativos para alimentar sus producciones novelescas, utilizando la parodia.

Tal es el caso de Jules Vallès,[147] quien en 1878, en su novela autobiográfica *El niño*, describe con mucho humor el maltrato y la ausencia de amor de su madre. Su historia comienza así: «No recuerdo ninguna caricia de cuando era pequeño; no me mimaban, toqueteaban o besuqueaban: me daban latigazos». Resulta particularmente divertida la escena de los azotes diarios, que como él dice permitían a su vieja vecina saber la hora, ya que siempre lo azotaban a horas fijas, evidentemente «por su bien».

Jules Vallès hace decir al niño, no sin malicia: «Mi madre dice que no hay que mimar a los niños, ella me azota cada mañana». Por otra parte, su amable vecina se prestó a una farsa consistente en proponerle a la madre azotar al niño por ella, para hacerle un favor. Entonces la vecina hacía ver que lo azotaba y el niño gritaba. Los dos cómplices se reían de la madre, devolviéndole los golpes a su manera.

Pero el resto de la novela presenta, siempre en la modalidad de la parodia, muchos momentos de maltrato y de tiranía materna, aunque atenuados por las personas de su familia con las que el niño tenía buena relación, como su tía o su bella prima. Sin duda, fue esto lo que le permitió al niño —y a Jules Vallès— construir un apoyo afectivo que, sin poder reemplazar el amor materno, le ayudó a superar las secuelas del maltrato infantil. En esta novela, la distancia narrativa reside en la autoparodia que permite compartir con el lector una historia vital difícil. Mediante el relato, el autor parece haber conseguido tomar la distancia necesaria para reírse y hace reír con la historia de su infancia. La escritura tiene virtudes elaborativas. Además, mediante esta novela llena de humor, el lector se convierte en cómplice de los guiños que ridiculizan no sólo las relaciones familiares, sino también, de forma más amplia, la educación y la sociedad de finales del siglo XIX.

El maltrato intrafamiliar aparece de nuevo en *Pelo de Zanahoria*.[148] Esta novela autobiográfica, escrita por Jules Renard en 1894, narra la infancia maltratada de un niño pelirrojo a quien su madre no quería y que era la cabeza de turco de toda la familia, hermano y hermana incluidos. La ausencia de amor y el maltrato son tratados de forma infinitamente divertida y, tras la máscara de una falsa ingenuidad, la mirada que «Pelo de Zanahoria» dirige al mundo está impregnada de burla.

Los malos tratos y el sadismo de su madre, la señora Lepic, son descritos con la distancia humorística de la ironía. «Su hermano mayor Félix y su hermana Ernestine se le adelantan y comparten las caricias familiares. Cuando llega Pelo de Zanahoria ya no queda nada». Las dificultades y desventuras de este niño, que dice de sí mismo que tiene «una cara digna de un bofetón», son relatadas con una distancia humorística que suscita en el lector la emoción, pero también la risa a pesar de la gravedad y la tristeza de la situación. Jules Renard dijo en su diario personal que «la ironía es el pudor de la humanidad».[149] El autor

consiguió explicar su historia de niño malquerido y maltratado mostrando los aspectos cómicos de esta infancia destrozada para poder compartirla con sus lectores. De la madre sádica dijo: «Hay que reconocer que cuando tiene hipo hace que se le pase enseguida». Incluso cuando cuenta las ideas suicidas del niño, encuentra la forma de ironizar y hace decir a la madre despiadada: «Es tan orgulloso que se suicidaría para hacerse el interesante».

Esta obra revela un humor descarnado, con una de las réplicas más conocidas por su amarga ironía, cuando dice: «¡No todo el mundo puede ser huérfano!». En definitiva, el humor del relato de las desventuras de Pelo de Zanahoria consigue dar una visión positiva del niño maltratado y malquerido, desalojándolo de la posición de víctima. Desde un punto de vista freudiano, también podemos explicar este fenómeno por el hecho de que el humor nos libra de la lástima que hubiéramos podido experimentar. El autor inhibe en el lector estos sentimientos de lástima al burlarse él mismo de sus desgracias.

Además, podemos ver que, en estos dos últimos ejemplos (*El niño* y *Pelo de Zanahoria*), no existe una verdadera rebelión contra la madre torturadora, contrariamente a lo que encontramos en *Una víbora en el puño*. En efecto, por lo que podemos adivinar de las novelas de Jules Renard y Jules Vallès, el niño permanece en la búsqueda desesperada del amor materno inaccesible. Ninguno de estos dos autores se permite atacar la imagen de la madre, salvo de forma jocosa, con la distancia de la parodia y, sin duda, con la distancia de la narración escrita cuando ya son adultos. Reescriben la historia de su vida en una novela. La parodia y su talento de escritores hicieron posible compartir la vida de estos niños maltratados que consiguieron construirse a pesar de las negligencias y humillaciones maternas. Las relaciones positivas con personajes del entorno socioafectivo (la vecina, el tío comprensivo y algo problemático, el padre a pesar de sus ausencias) quizás fueron tutores de desarrollo (o de resiliencia). Estas relaciones ofrecieron zonas de afecto que contrarrestaron los efectos negativos de las carencias y los perjuicios relacionados con una relación materna mortífera.

Además, aparte de la cuestión del maltrato, el punto en común de las obras de Vallès y de Renard —y también de Hervé Bazin—, que se convirtieron en clásicos de la literatura, es la denuncia de la hipocresía de los lazos familiares. Podemos ver que los testimonios novelados de

estas tres obras se construyen en torno a la figura del padre ausente o cobarde. En efecto, los tres escritores describen a un padre incapaz de ayudar a sus hijos víctimas de la tiranía materna, un padre que prefiere no ver lo que ocurre en la intimidad familiar. De todas formas, estas obras —escritas por hombres— parecen no querer atacar al padre. Aunque no idealicen la figura paterna, al menos la protegen. La madre es la acusada de maldad y sadismo, representa a una madre castradora, una bruja o una madrastra en el sentido peyorativo del término, mientras que el padre sólo aparece como un personaje con el que no se puede contar.

En *Pelo de Zanahoria*, incluso, el padre es más bien benevolente, pero está poco presente y es incapaz de impedir el maltrato que sufre el niño. En *El niño*, el padre también es descrito como lleno de buena voluntad hacia su hijo, pero está a menudo ausente y es alguien torpe.

Por supuesto, el punto en común de estas obras es la de sensibilizar al lector ante los maltratos físicos y psicológicos hacia los niños valiéndose del humor. El distanciamiento humorístico permite hacer llegar el mensaje de condena conservando un control de la situación. Por lo tanto, podemos considerar que estas novelas autobiográficas noveladas contribuyen a la construcción de la resiliencia de sus autores. En efecto, poner en palabras la historia y hacerla pasar por la escritura, con el apoyo del humor, ofrece un marco privilegiado para elaborar el sufrimiento. Ciertamente, se trata de mostrar un sufrimiento que puede parecer superado, se trasmite una experiencia dañina a veces muy antigua. No obstante, la relación con lo escrito, la reformulación de los recuerdos y el esfuerzo de rememoración que todo ello supone, a pesar de las licencias artísticas, reactivan los antiguos traumas y permiten reelaborarlos. El mismo relato, metamorfoseado en autoparodia, muestra un proceso de resiliencia en acción. En efecto, la narración de historias vitales participa de procesos de resiliencia y permite la elaboración del sufrimiento y la búsqueda de sentido en la vida. En este caso, el humor permite igualmente atenuar la carga emocional para decir lo indecible, pero también captar los traumas antiguos para construir una creación novelesca que supera el mero testimonio autobiográfico. En el contexto de los relatos de autoficción, el uso del humor para tratar recuerdos y emociones —vinculados con relaciones afectivas disfuncionales y maltratos— ofrece la posibilidad de reestructurar las representaciones de las heridas infantiles construyendo

una obra novelesca controlada y que se puede compartir. Los sufrimientos se transforman y dan lugar a un impulso creador que se alimenta de la mirada distanciada de la parodia y la autoparodia. Las desgracias de la infancia se encuentran, de alguna forma, sublimadas mediante el humor.

Estos relatos, como muchos otros relatos autobiográficos que cuentan experiencias de maltrato o carencias afectivas graves, también indican los intentos —exitosos o no— de perdonar al agresor. Se trata quizás de una forma de darle, no un verdadero perdón, pero sí al menos una especie de acuse de recibo, que también puede contribuir al trabajo de reconstrucción.

Notas

---

132. Cyrulnik, B., *Le Murmure des fantômes*, Odile Jacob, París, 2003.

133. Anaut, M., «Traumatisme, humour et résilience», en Coutanceau, R.; Smith, J. y Lemitre, S. (eds.), *Trauma et résilience. Auteurs et victimes*, col. Psychothérapies, Dunod, París, 2012, págs. 3-14.

134. Chaplin, C., *Histoire de ma vie*, óp. cit.

135. N. de T.: *pied-noir*, término utilizado para referirse a los franceses nacidos en Argelia.

136. Bedos, G., *Mémoires d'outre-mère*, Stock, París, 2005.

137. Trastorno obsesivo compulsivo.

138. N. de T.: cuando no se tiene la oportunidad de tener una infancia cómoda y segura, tanto financiera como afectivamente, queda una marca de inseguridad, como si no se tuviera derecho a lo que se tiene cuando la vida es más fácil, como si lo que tenemos hoy no fuera «normal», «merecido», y como si pudiéramos perderlo de un momento a otro. Esto es lo que se define como el «síndrome del bedel».

139. Zouc, cuyo verdadero nombre es Isabelle von Allmen, tiene una grave discapacidad causada por una operación de cáncer de esternón (1997). Tuvo que retirarse del mundo del espectáculo después de una carrera corta, pero que dejó huella.

140. Guibert, H. [1978], *Zouc par Zouc. L'entretien avec Hervé Guibert*, col. L'Arbalète, Gallimard, París, 2006.

141. Fairouze, S., *Je reviens me chercher*, Michel Lafon, París, 2011.

142. N. de T.: combinación de «musulman» y «miente» (*musulman/musulment*).

143. N. de T.: literalmente, tera-payaso, de terapeuta y payaso.

144. Racamier, P.-C., *Le Génie des origines. Psychanalyses et psychose*, Payot, París, 1992.

145. Tomkiewicz, S., *L'Adolescence volée*, col. Pluriel Psychologie, Hachette Littératures, París, 1999.

146. Anaut, M., «Créativité, humour et résilience avec l'avancée en âge», en Ploton, L. y Cyrulnik, B., *Résilience et personnes âgées*, Odile Jacob, París, 2014.

147. Vallès, J. [1878], *L'Enfant*, Le Livre de Poche, París, 1989.

148. Renard, J., *Poil de Carotte*, Flammarion, s/l, 1894.

149. Renard, J. [1892], *Journal*, col. Bibliothèque de la Pléiade, Gallimard, París, 1972.

Conclusión

Frente a la complejidad del mundo moderno, el humor representa un vector poderoso de cohesión entre las personas. Casi siempre es una forma de comunicación agradable y lúdica, una forma de intercambio con nuestros semejantes mediante una modalidad de expresión típicamente humana. Forma parte del juego de seducción social y participa en gran medida de la cordialidad, permitiendo distender y relajar las relaciones, liberando tensiones. El humor es, pues, un instrumento de relación debido a su atractivo social y a sus cualidades de seducción afectiva y sexual. Cumple diversas funciones en la vida cotidiana de las personas y en los actos de socialización, sobre todo ofreciendo un distanciamiento emocional frente a las dificultades de la existencia. Sin embargo, sus funciones no son sólo de catarsis y recreación. Por medio de las actividades alegres, lúdicas y autotélicas, pone en funcionamiento un impulso vital que ha demostrado tener virtudes protectoras y de apoyo en los sujetos que sufren. Permite el alivio de las tensiones durante situaciones de la vida cotidiana. También puede ser usado para cumplir funciones de protección y de apoyo cuando las personas se enfrentan a dificultades traumáticas, situaciones de adversidad que van más allá del estrés cotidiano. En efecto, el humor tiene la particularidad de poder producirse en todas las situaciones, incluso en las más inesperadas, por ejemplo, en contextos traumáticos generadores de peligros vitales. Puede aparecer con ocasión de dificultades importantes, cuando las personas se enfrentan a situaciones extremas que ponen en peligro su supervivencia física o psíquica (cautividad, maltrato, catástrofes naturales o humanas).

Frente a la adversidad, en contextos dañinos, el humor puede formar parte de los mecanismos de protección de las personas de varias formas. Como procedimiento protector, puede actuar en varios niveles: intrapsíquico, socioafectivo y conductual. En contextos generadores de traumas, sobre todo en situaciones prolongadas de peligro (maltrato, encarcelamiento), ciertas formas de humor pueden ayudar a proteger al individuo de los efectos dañinos de los peligros internos y externos, protegerle de la efracción psíquica, atenuar su sufrimiento. En estos contextos, las actitudes humorísticas muestran hostilidad y agresividad (humor negro, burla malintencionada contra el agresor), y pueden tener una función protectora, de igual forma que otras formas de expresión

del humor más empáticas y benevolentes (parodia, autoparodia).

Por otro lado, la perspectiva humorística también permite denunciar las injusticias sociales, las dictaduras y las barbaries, y ayudar a transmitir las experiencias traumáticas, por ejemplo, mediante libros o películas. Ciertas personas que han sufrido contextos dañinos fuera de lo común recurren a veces al distanciamiento humorístico para poder compartir sus experiencias, ya que la máscara de la parodia permite la narración de los sufrimientos sufridos. En estos contextos, el humor ayuda a transmitir lo inenarrable, permite decir lo indecible. Mediante la construcción del relato, la perspectiva humorística permite al individuo no solamente expresar lo que se siente y compartirlo con los demás, sino también reapropiarse su historia y dar un sentido a sus heridas. La actitud y el distanciamiento humorístico participan de la elaboración de los traumas.

El distanciamiento de la parodia resitúa al sujeto en un espacio emocional positivo, más seguro y revalorizador, tanto para sí mismo como para los demás. Las personas buscan reírse y hacer reír para divertirse, pero también para protegerse, a veces para sobrevivir, y también para transmitir y elaborar experiencias traumáticas.

Las funciones del humor que actúan en el proceso de resiliencia pueden agruparse en tres modalidades principales: de protección, de elaboración y de socialización. Por supuesto, estos tres ámbitos a menudo están interconectados. El humor puede contribuir a proteger a un individuo gracias al distanciamiento de la parodia haciéndolo socialmente atractivo. Gracias a una actitud humorística, no sólo se defiende contra los riesgos de efracción psíquica, sino que podrá apoyarse en las relaciones sociales consolidadas que podrán ayudarlo y sostenerlo. En efecto, una persona divertida desarrollará lazos de amistad más a menudo que otras y tendrá una red social a la que podrá recurrir en caso de dificultades. Téngase en cuenta que un sujeto en dificultades podrá contar más fácilmente con relaciones de amistad y sociales si es alguien que tenía sentido del humor antes de la experiencia traumática, ya que dispondrá de una red ya establecida. El recurso a la irrisión ofrece a los sujetos heridos los fundamentos intrapsíquicos e intersubjetivos que constituyen los recursos capaces de ayudarlos y de sostenerlos, en la reconstrucción psíquica y durante la vuelta al neodesarrollo posterior al trauma. El humor acompaña el camino hacia la resiliencia en distintos

momentos de la vida. Se puede expresar en modalidades diversas, por ejemplo, la autoparodia, el humor negro, pero también, a veces, mediante un humor ofensivo que ataca al agresor o la fuente de sufrimiento. Las cualidades protectoras y de apoyo del humor hacen de él un recurso privilegiado entre los factores que facilitan el proceso de resiliencia. Como diría Óscar Wilde, «todos estamos en la misma cuneta, pero algunos de entre nosotros miran hacia las estrellas».

Rubén D. Gualtero y Asunción Soriano

El adolescente cautivo

Adolescentes y adultos ante el reto de crecer en la sociedad actual

gedisa
editorial

El adolescente cautivo

Gualtero, Rubén D.
9788497847520
140 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

Que vivimos en una época de cambios acelerados es algo difícilmente cuestionable, de la misma manera que la adolescencia es un momento de gran trascendencia en el ciclo de la vida. El libro trata sobre esta interrelación adolescencia-sociedad actual, haciendo especial énfasis en cuatros aspectos: la mercantilización del cuerpo, las transformaciones en el ámbito familiar, la emancipación y el acceso al mundo laboral y, finalmente, un breve repaso por lo que implica, a nivel emocional, el momento adolescente y su transitar hacia la edad adulta.
Los autores utilizan referencias bibliográficas de conocidos autores que han abordado el tema, citas literarias que ilustran vivencias concretas de esta etapa de la vida y ejemplos de su propia experiencia clínica que permiten acercar e identificar al lector con los temas tratados. Cada capítulo plantea una serie de reflexiones destinadas a orientar a los adultos ya sean profesionales o padres.
No es un libro estrictamente académico ni clínico, es un libro pensado para todos aquellos que viven la realidad del adolescente y buscan la manera de entenderlos y de ayudarles en su proceso de crecimiento, no exento de dificultades pero lleno de potencialidades capaces de conducirles a encontrar su "lugar en el mundo".
A pesar de que la adolescencia es un tema tratado desde diferentes ángulos, nos parece que lo novedoso del libro es su interrelación

con el momento actual. Los grandes y acelerados cambios de nuestra sociedad provocan situaciones de incertidumbre en jóvenes y adultos; por ello resulta imperioso detenernos a reflexionar y encontrar nuevas respuestas.

Cómpralo y empieza a leer

RESILIENCIA.Lab

¿Es posible superar la adversidad y transformar el malestar causado por el acelerado desarrollo de violencia, pobreza y exclusión social en que vive el mundo? ¿Qué aportaciones puede hacer la teoría de la resiliencia para comprender estos procesos y desarrollar estrategias que contribuyan a enfrentar el sufrimiento psíquico y social que causa tanta injusticia? Estas preguntas fueron el motivo para generar un enriquecedor encuentro con Boris Cyrulnik y delimitaron el terreno sobre el que se desarrollarían nuevos diálogos y nuevos sentidos.

CRITERIOS DE RESILIENCIA ENTREVISTA A BORIS CYRULNIK

ANA GUADALUPE SÁNCHEZ
LAURA GUTIÉRREZ

gedisa
editorial

Criterios de resiliencia. Entrevista a Boris Cyrulnik

Sánchez García, Guadalupe Ana
9788416572175
80 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

En mayo del 2011, Boris Cyrulnik visitó México como profesor invitado por la Universidad de Guadalajara para compartir sus reflexiones y experiencias con universitarios, profesionales de diversos campos y público en general durante el evento titulado Resiliencia: Vínculos e Inclusión Social. En este foro internacional, el Dr. Cyrulnik impartió la conferencia titulada Criterios de resiliencia: condiciones de un nuevo desarrollo después de un traumatismo. A partir de esta conferencia, Ana Guadalupe Sánchez y Laura Gutiérrez tuvieron un encuentro con él, donde el Dr. Cyrulnik, con gran transparencia, sensibilidad y honestidad, trazó con bellas palabras, un cuadro que nos acerca a su pensamiento, a sus sueños y sus afectos abriendo una dimensión muy íntima y personal de su vida. En esta obra se reproduce tanto la entrevista como la conferencia de Boris Cyrulnik. Ambas son imprescindibles y valiosas para el amplio público que sigue con gran interés su trabajo.

Cómpralo y empieza a leer

JORGE EINES

LA FORMACIÓN DEL ACTOR

CREAR PARA CREER

gedisa editorial

La formación del actor

Eines, Jorge
9788497844352
288 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

¿Por donde empezar? ¿Es posible pensar en la técnica como los cimientos de un edificio?

La pregunta por los comienzos de la formación de un actor viene alimentando la historia del teatro. La manera singular en que este libro aborda el problema parece ser el punto inicial de un viaje para poder entender la pedagogía de Jorge Eines. Una propuesta que se ocupa del proceso en su etapa inicial y que abre las puertas a la imaginación, la destreza y por ende a la técnica. Todo ello con la finalidad de orientar a un alumno para que encuentre su lugar en el arte del actor.

Un libro que es punto de partida. Una vía de acceso a los demás textos del autor (La didáctica de la dramatización, Alegato a favor del actor, El actor pide y Hacer actuar) componiendo una universo tanto teórico como práctico para profundizar en las líneas maestras que definen la formación de los actores.

Cómpralo y empieza a leer

Filosofía

Mario Bunge

FILOSOFÍA POLÍTICA

Solidaridad, cooperación y *Democracia Integral*

gedisa
editorial

Filosofía política

Bunge, Mario
9788497844482
608 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

Los politólogos describen y explican la política; los filósofos la examinan de manera crítica y sugieren mejoramientos y, en ocasiones, rasgos sociales radicalmente diferentes. En otras palabras, los filósofos políticos proponen escenarios y sueños allí donde los científicos sociales ofrecen instantáneas de organizaciones políticas existentes. La filosofía política no es un lujo sino una necesidad, decisiva para entender la actualidad política y, sobre todo, para pensar un futuro mejor. Pero, para que preste semejante servicio, esta disciplina deberá formar parte de un sistema coherente al que también pertenezcan una teoría realista del conocimiento, una ética humanista y una visión del mundo acorde con la ciencia y la técnica contemporáneas. En este sentido, una política responsable no debería estar fundada en la ideología sino en la filosofía, especialmente en la ética, así como en la tecnología social, la cual resulta efectiva únicamente cuando está sustentada en una ciencia social seria y rigurosa. El otro eje vertebrador de Filosofía política es un análisis de la posibilidad de am-pliar la democracia del terreno político a los demás terrenos pertinentes: la ad-ministración de la riqueza, el entorno natural y la cultura. Y aquí Mario Bunge vuelve a sugerir una alternativa tanto al capitalismo en crisis como al socialismo ya fenecido y que nunca fue genuino. Esa alternativa es la democracia integral: es decir,

igualdad de acceso a las riquezas naturales, igualdad de sexos y razas, igualdad de oportunidades económicas y culturales, y participación popular en la administración de los bienes comunes. Atento al rumbo de nuestro mundo, en Filosofía política Mario Bunge nos muestra su faceta de ciudadano preocupado por el devenir histórico.

Cómpralo y empieza a leer

Filosofía

Josep M. Esquirol

El respeto o la mirada atenta

Una ética para la era de la ciencia y la tecnología

gedisa editorial

2ª edición

El respeto o la mirada atenta

Esquirol, Josep M.
9788497846066
176 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

¿Cómo vemos el mundo? y ¿cómo vemos a los demás y a nosotros mismos? Vivir en la era de la tecnología no sólo supone disponer de sofisticados artefactos y estar inmerso en complejos sistemas de información, implica también, y cada vez más, estar bajo el influjo de una determinada manera de enfocar y de entender las cosas.

De modo que la pregunta clave es ésta: ¿podemos aprender a mirar?, ¿podemos ampliar el horizonte de nuestra mirada? Josep M. Esquirol ha convertido la respuesta a esta pregunta en una novedosa y original propuesta ética centrada en la idea de respeto; idea que se nos descubre como portadora de una riquísima significación relacionada precisamente con la mirada. La mirada atenta resulta ser la auténtica esencia del respeto.

Cómpralo y empieza a leer